

## Mediterranes Schnitzel mit Brokkoli-Kartoffel-Püree und Kräutermayonnaise







Zubereitungszeit 35min



## Zutaten

für 4 Portionen

Schinkenschnitzel aus der Oberschale vom Schwein	600 g
Kartoffeln, mehligkochend	800 g
Salz	
Brokkoli	2 St.
Zitronen	1 St.
Petersilie, frisch	20 g
Dill, frisch	20 g
saure Sahne	300 g
Mayonnaise	2 EL
Weizenmehl, Type 405	2 EL
Kräuter der Provence, getro	cknet
ÖI	2 EL
Butter	4 EL

Pfeffer, schwarz gemahlen

## Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, Teller, großer Topf mit Deckel, große Pfanne, feine Reibe, Küchenpapier

- 1. Schnitzel waschen, trocken tupfen und zum Temperieren beiseitelegen. Kartoffeln waschen, schälen und in ca. 2 cm große Stücke würfeln. Kartoffeln in einem Topf mit Salzwasser bedecken, zugedeckt aufkochen und auf mittlerer Stufe ca. 25 Min. weich garen.
- 2. Brokkoli waschen und das Stielende ca. 1 cm breit abschneiden. Den Kopf in ca. 2 cm kleine Röschen schneiden und den Stiel in ca. 1 cm große Stücke würfeln. Alles für die letzten ca. 7 Min. zu den Kartoffeln geben und ebenfalls weich garen.
- 3. Inzwischen die Zitrone waschen, ca. 1 TL Schale fein abreiben, halbieren und von einer Hälfte den Saft auspressen. Die andere Zitronenhälfte in Spalten schneiden. Petersilie und Dill waschen, trocken schütteln, Blätter bzw. Spitzen abzupfen und fein hacken.
- 4. In einer Schüssel 200 g saure Sahne, Mayonnaise, gehackte Kräuter und Zitronenabrieb mischen und mit Zitronensaft und Salz abschmecken. Bis zum Anrichten im Kühlschrank aufbewahren.
- 5. In einem tiefen Teller Mehl mit Kräutern der Provence mischen. Schnitzel salzen, beidseitig im Gewürzmehl wenden bzw. komplett auf dem Fleisch verteilen und etwas

festdrücken.

- 6. In einer Pfanne Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und das Fleisch von beiden Seiten ca.
- 2 Min. goldbraun anbraten. Fertige Schnitzel auf Küchenkrepp abtropfen lassen.
- 7. Derweil Kartoffeln und Brokkoli mithilfe des Deckels abgießen. Butter und restliche saure Sahne dazugeben und mit dem Handrührgerät mit Rührbesen zu einem Püree verarbeiten. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.
- 8. Kartoffel-Brokkoli-Püree und mediterrane Schnitzel auf Tellern anrichten und mit Mayonnaise, Zitronenspalten und restlichen Kräutern servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	754 kcal
Kohlenhydrate	58 g
Eiweiß	47 g
Ballaststoffe	10 g
Fette	39 g