



Mediterranes Schnitzel mit Brokkoli-Kartoffel-Püree und Kräutermayonnaise



Zeit gesamt
35min

Zubereitungszeit
35min

Schwierigkeit
Einfach

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, getrocknet	
Öl	2 EL
Butter	4 EL
Pfeffer, schwarz	

Zubereitung



Küchenutensilien

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

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