

Schnitzel in Senfmarinade

Zeit gesamt
20min



Zubereitungszeit
20min



Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Knoblauchzehen	2 St.
Zwiebeln, gelb	1 St.
Senf	2 EL
Balsamicoessig, hell	5 EL
Olivenöl	4 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Schinkenschnitzel aus der Oberschale vom Schwein	600 g

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, Küchenpapier, Grill

1. Knoblauch schälen und hacken. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. In einer Schüssel Knoblauch und Zwiebel mit Senf, Balsamicoessig und Olivenöl vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Schnitzel waschen, trocken tupfen und mit der Marinade vermengen. Bis zum Braten kühl stellen.
3. Schnitzel in Senfmarinade auf einem Grill ca. 3 Min. goldbraun braten.

Guten Appetit!

Tipp: Du kannst die Schnitzel auch in einer Pfanne zubereiten. Am besten bereitest du die Schnitzel vor und lässt sie ca. 1 Stunde in der Marinade ziehen.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	253 kcal
Kohlenhydrate	7 g
Eiweiß	34 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	10 g