

Schnitzelchen mit Kartoffelsalat und Brokkoli

Zeit gesamt
35min



Zubereitungszeit
35min



Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, vorw. festk.	1 kg
Salatgurken	1 St.
Schalotten	1 St.
Salz	
Schinkenschnitzel aus der Oberschale vom Schwein	600 g
Brokkoli	1 St.
Gemüsebrühe	300 ml
Senf	1 TL
Essig	3 EL
Öl	4 EL
Pfeffer, schwarz gemahlen	
BBQ Gewürzmischung	0.5 TL

Zubereitung



Küchenutensilien

große Schüssel, kleiner Topf, großer Topf mit Deckel, große Pfanne mit Deckel

1. In einem Topf Kartoffeln mit Wasser bedeckt aufkochen. Auf mittlerer Stufe zugedeckt ca. 25 Min. gar kochen.
2. Gurke waschen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Schalotte halbieren, schälen und fein würfeln. Beides in einer Schüssel mit Salz vermengen.
3. Schnitzel waschen, trocken tupfen und quer halbieren. Fleisch zwischen Frischhaltefolie gelegt flach klopfen und anschließend salzen. Brokkoli waschen und Röschen abbrechen.
4. Kartoffeln abgießen und kurz ausdampfen lassen. Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. In einem Topf Gemüsebrühe erwärmen. In einer Schüssel Gurke und Schalotten mit lauwarmen Kartoffeln, heißer Brühe, Senf, Essig, 2 EL Öl, Salz und Pfeffer vermengen. Kartoffelsalat ziehen lassen.
5. In dem Topf ca. 2 l Salzwasser aufkochen. Brokkoli im siedenden Salzwasser ca. 5 Min. bissfest garen. In ein Sieb abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken.
6. In einer Pfanne 2 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen und Schnitzelchen rundherum ca. 4 Min. anbraten. Pfanne vom Herd ziehen, Schnitzelchen mit Gewürz würzen und zugedeckt kurz ruhen lassen. Schnitzelchen mit Kartoffelsalat und Brokkoli auf Tellern verteilt servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Der Kartoffelsalat eignet sich sehr gut zum Vorbereiten. Außerdem schmeckt er am besten, wenn er mind. 1 Std. durchzieht.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	487 kcal
Kohlenhydrate	53 g
Eiweiß	43 g
Ballaststoffe	7 g
Fette	12 g