Kalbsschnitzel mit Tomaten-Minz-Soße

Fleisch-Gerichte » Kalb

Zutaten (4 Personen)

» 8 Kalbsschnitzel
» 4EL Mehl
» 1/2 Bd. Minze
» 200g Cocktailtomaten
» 3EL Butter/Margarine
» Salz & Pfeffer
» 150ml Weißwein
» 1TL Zitronensaft

Bewertung

Beschaffung
manchmal im Discounter

Kosten
11-15€

Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

1. Schnitzel abbrausen, trockentupfen, mit Klarsichtfolie bedecken und mit der stumpfen Seite des Fleischklopfers flach klopfen. Das Mehl auf einen Teller geben, das Fleisch darin wenden.

2. Die Minze abbrausen, trockenschütteln, die Blätter abzupfen und in Streifen schneiden. Tomaten waschen, trockentupfen und halbieren. Den Ofen auf 50°C vorheizen. Die Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Schnitzel darin von jeder Seite ca. 2min braten, salzen und pfeffern. Aus der Pfanne nehmen, zugedeckt im Ofen warm halten.

3. Minze und Tomaten in die Pfanne geben, kurz andünsten. Wein, Zitronensaft angießen, den Bratensatz loskochen und ca. 3min köcheln lassen.

4. Die Schnitzel auf angewärmten Tellern mit der Soße anrichten, evtl. mit etwas Minze garnieren.

Dazu schmecken Kartoffeln oder frisches Baguette.

Nährwerte: 410kcal/E54g/F14g/KH10g pro Portion

angelegt am: 24.06.2003 Rezept-Nr: 405

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke