



RS-KF Überbackene Hähnchenschnitzel

mit gerösteten Zucchini und Kartoffelspalten



ca. 45min



3-4 Personen

Die Zubereitungsart, Dinge mit Tomatensauce zu übergießen und dann mit Käse zu überbacken, nennt man oft „Parmigiana“ - auch dann, wenn der Käse obendrauf überhaupt kein Parmesan ist. Wir haben uns heute für Mozzarella entschieden - der wird im Ofen so richtig schön cremig und bildet den perfekten Kontrast zu den krossen Kartoffeln und dem knusprig panierten Hähnchenschnitzel. Dazu noch zarte Zucchini - perfekt!

Was du von uns bekommst

- 2 Mozzarellas ³
- 1kg festkochende Kartoffeln
- 2 Zucchini
- 2 Pck. italienische Gewürzmischung
- 4 panierte Hähnchenschnitzel, vorgegart ^{1,2,3}
- 4 Tomaten
- 2 Knoblauchzehen

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen und große Auflaufform
- 2 Backbleche und Backpapier
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Eier (1), Gluten (2), Milch (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 847kcal, Fett 45.0g, Kohlenhydrate 73.3g, Eiweiß 36.4g



1. Gemüse schneiden

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Den **Käse** etwas abtropfen lassen und in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden. Die **Kartoffeln samt Schale** in ca. 1cm dicke Stifte schneiden und auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech verteilen. Die **Zucchini** in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden und auf ein weiteres Blech legen.



4. Sauce köcheln

2 Knoblauchzehen schälen und fein würfeln. Die **Tomaten** grob würfeln und in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer fein pürieren. Den Knoblauch in der bereitgestellten Pfanne bei mittlerer Hitze 30Sek.-1Min. anbraten, ggf. erneut etwas Öl zugeben. Die **pürierten Tomaten** angießen und 2-3Min. zu einer **Sauce** einköcheln lassen, mit je 1 Prise Salz und Zucker würzen.



2. Gemüse rösten

Die **Zucchini** mit 2EL Olivenöl beträufeln und mit der **Gewürzmischung** sowie je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer bestreuen. Die **Kartoffeln** mit 2EL Olivenöl und ½TL Salz vermengen. Das **Gemüse** im Ofen ca. 20Min. rösten. Die Position der Bleche ggf. nach der Hälfte der Backzeit tauschen und das **Gemüse** wenden.



5. Schnitzel überbacken

Die **Schnitzel** mit der **Sauce** übergießen und den **Käse** darüber verteilen. Die **Zucchini** aus dem Ofen nehmen, stattdessen die Form mit den **Schnitzeln** auf das Blech geben und im Ofen ca. 5Min. überbacken, dabei ggf. die Grillfunktion zuschalten. Die **überbackenen Schnitzel** mit den gerösteten **Zucchini** und **Kartoffeln** anrichten und servieren.



3. Schnitzel braten

Die **Schnitzel** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze von jeder Seite in ca. 2Min. goldbraun braten, sie müssen noch nicht vollständig erwärmt sein. Die **Schnitzel** in eine große Auflaufform legen, die Pfanne ggf. auswischen und für später beiseitestellen.



6. Zugeklappt, losgeschlemmt

Es darf noch ein bisschen dekadenter sein? Das bekommen wir hin! Serviere die überbackenen Schnitzel mit Tomatensauce doch einfach zwischen zwei Hälften Baguette oder Ciabatta als Sandwich. Nach Belieben finden vielleicht sogar noch ein paar Gurkenscheiben oder etwas knackiger Salat darauf Platz. Wenig Aufwand, großer Genuss!