



Schnitzel mit Paprika-Apfel-Relish

und Kartoffel-Lauch-Stampf mit Mais



ca. 40min



3-4 Personen

Ein Hoch auf unser Schnitzel! Wir lieben es einfach und wenn es so wie heute in ganz illustrierer Gesellschaft auftritt, gibt es kein Halten mehr. Zwar hüllt sich unser Schweineschnitzel ganz traditionell in einen Knuspermantel, für seine große Show hat es aber einen spektakulären Kartoffelstampf mit Lauch und frischem Mais engagiert. Keine kleine Nebenrolle spielt auch das pikant-fruchtige Relish aus Paprika und Apfel. Bravo!

Was du von uns bekommst

- 2 Packungen mehligkochende Kartoffeln
- 2 frische Maiskolben
- 400g geschnittener Lauch
- 2 rote Paprika
- 2 Äpfel
- 1 unbehandelte Zitrone
- 2 Packungen Schweinerückensteak
- 2 Päckchen Grillgewürzmischung
- 100g Semmelbrösel¹

Was du zu Hause benötigst

- 1 Ei³
- 4EL Butter⁷
- 100g Weizenmehl¹
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- großer Topf mit Deckel
- große Pfanne
- Küchenwaage
- Kartoffelstampfer
- Zitronenpresse
- Fleischklopfer
- Frischhaltefolie

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

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 912kcal, Fett 38.3g, Kohlenhydrate 99.7g, Eiweiß 42.7g



1. Gemüse kochen

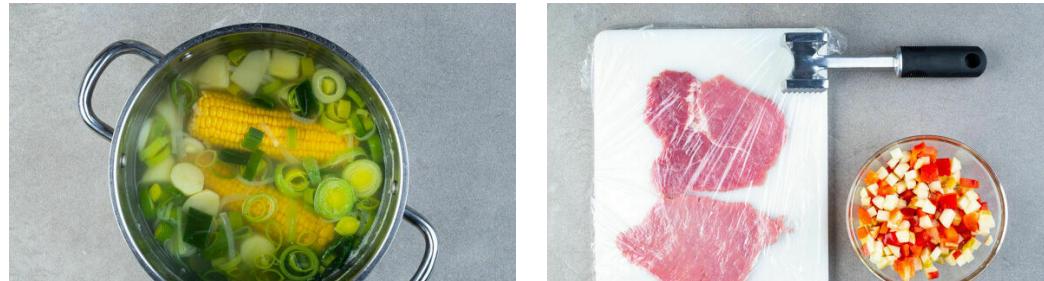
In einem großen Topf reichlich gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Die **Kartoffeln** schälen und in 3-4cm große Stücke schneiden. Den **Mais** in das kochende Wasser geben und ca. 20Min. kochen. Nach ca. 8Min. die **Kartoffeln** und die **1/2 des Lauchs** zugeben und mitkochen. Den **Mais** herausnehmen, dann das **Gemüse** in ein Sieb abgießen und im Topf abgedeckt warm halten.



4. Schnitzel braten

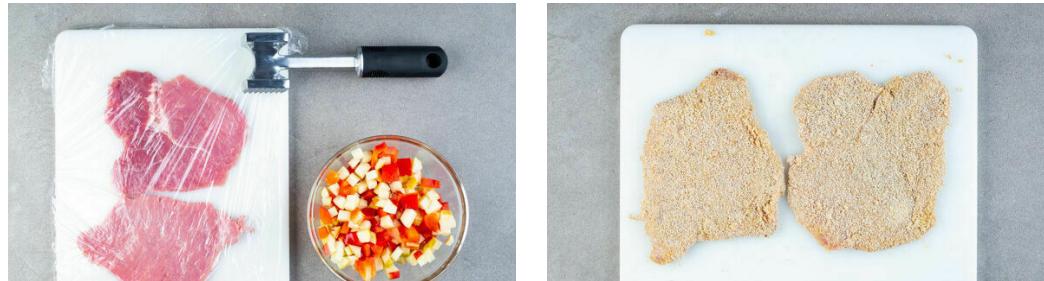
Eine große Pfanne mit einer ca. 0,5cm hohen Schicht Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze erwärmen. Jeweils **2 Schnitzel** nacheinander in das heiße Öl geben und auf jeder Seite ca. 4Min. goldbraun braten.

Tipp: Wenn es schnell gehen soll, zwei Pfannen verwenden. Die **Schnitzel** auf etwas Küchenkrepp abtropfen lassen und die Pfanne auswischen.



2. Fleisch plattieren

Die **Paprika** und die **Äpfel** jeweils vierteln, entkernen und in ca. 0,5cm kleine Würfel schneiden. Die **Zitrone** halbieren und auspressen. Die **Paprika**- und die **Apfelwürfel mit 2-3EL Zitronensaft**, 2TL Zucker und 1/2TL Salz vermengen und beiseitestellen. Das **Fleisch** trocken tupfen und zwischen Frischhaltefolie ca. 0,5cm dünn plattieren.



3. Fleisch panieren

Auf einem tiefen Teller 100g Mehl mit 1 Prise Pfeffer verrühren. Auf einem zweiten Teller 1 Ei mit der **Gewürzmischung** verquirlen. Auf einem dritten Teller die **Semmelbrösel** bereitstellen. Das **Fleisch** nacheinander im Mehl, dem verquirlten Ei und den **Semmelbröseln** wenden.



5. Gemüse stampfen

Den **Mais** mit einem scharfen Messer vom Kolben schneiden. **2/3 des Maises** zu den **Kartoffeln** geben, 2EL Butter sowie nach Wunsch einen kleinen Schuss Milch hinzufügen und zu einem groben **Püree** stampfen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und den **restlichen Mais** unterheben.



6. Lauch braten



Den **restlichen Lauch** in der Pfanne mit 2EL Butter bei mittlerer Hitze weich braten und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Schnitzel**, den **Gemüestampf** und den **Paprika-Apfel-Relish** auf Teller verteilen, mit dem **gebratenen Lauch** garnieren und servieren.