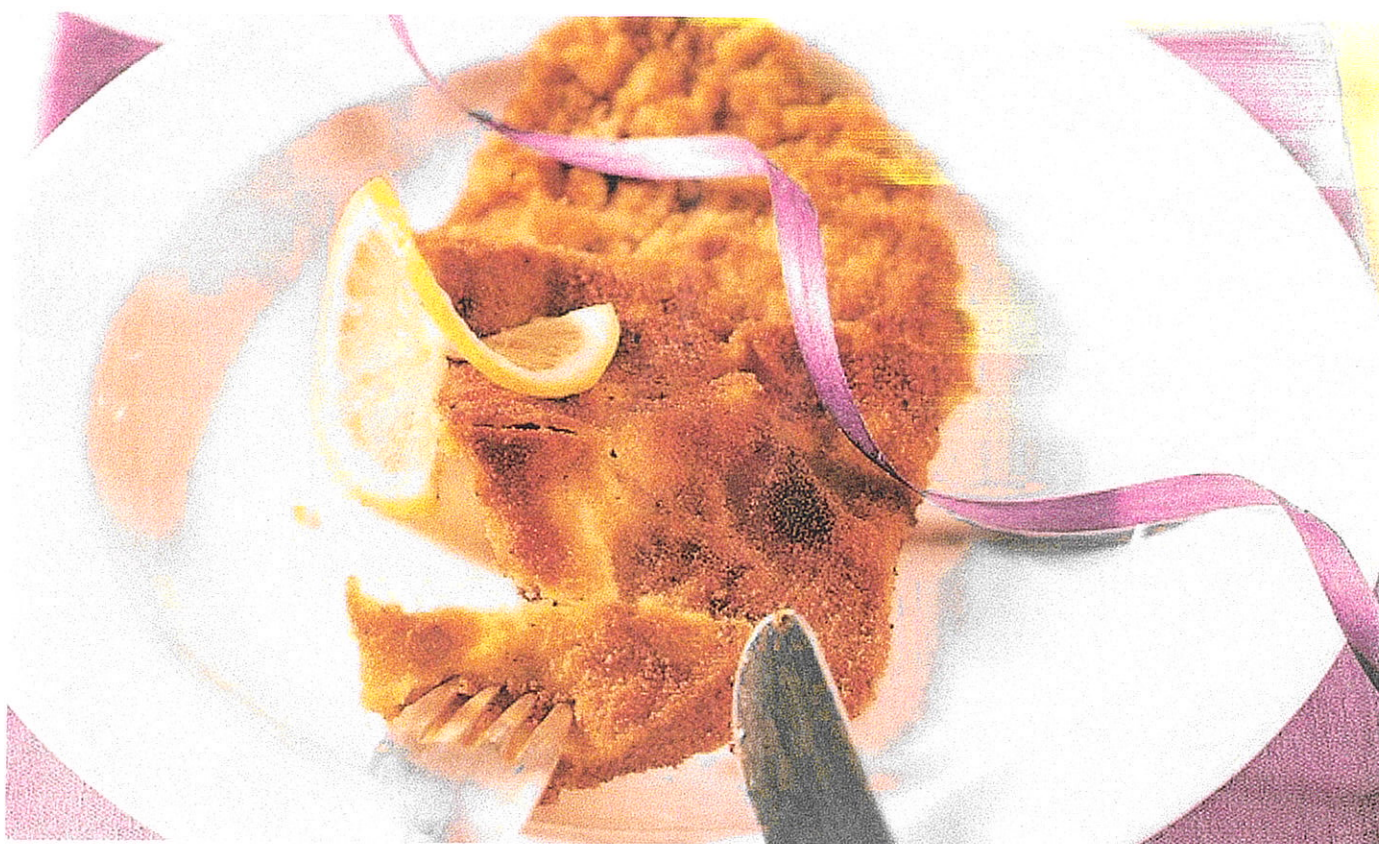


swissmilk

< Zur Übersicht

Wiener Schnitzel



🕒 Einfach & schnell

Für 4 Personen

Klarsichtfolie

- 4 Kalbsschnitzel, z.B. Eckstück, je 100-125 g
- Paprika
- Salz
- Pfeffer

- Panade:
- 2-3 EL Mehl
- ca. 100 g Paniermehl
- 1 Ei
- 1 EL Milch *, wenig Mineralwasser*
- Bratbutter oder Bratcrème

- 1 Zitrone, in Scheiben geschnitten

Vorbereiten:

Fleisch ca. 30 Minuten vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

1. Die Kalbsschnitzel flach auf Klarsichtfolie auslegen, mit Klarsichtfolie belegen und mit dem Wallholz 2-3 mm dünn walzen oder mit dem Fleischklopfer flach klopfen. Klarsichtfolie entfernen, Fleisch würzen.
2. Für die Panade Mehl und Paniermehl je in einen Teller geben. Ei mit Milch verquirlen, in einen Teller geben.
3. Kurz vor dem Braten das Fleisch zuerst im Mehl wenden, überflüssiges Mehl abklopfen. Dann im Ei und anschliessend im Paniermehl wenden, gut andrücken.

4. Schnitzel portionenweise bei mittlerer Hitze in genügend Bratbutter beidseitig je 2-3 Minuten knusprig braten. Mit Zitronenscheiben servieren. Bei Bedarf kurz im auf 60-80 °C vorgeheizten Ofen, mit leicht geöffneter Ofentür, warm stellen.

Eine Portion enthält:

kcal	272
Eiweiss	31 g
Fett	6 g
Kohlenhydrate	24 g

[< Zur Übersicht](#)