
Schnitzeljagd: Von Tradition bis Trend

Rezepte von Michael Scherz, Björn Freitag und Rosa Rodrigo

Wiener Schnitzel	2
Cordon Bleu mit Kohlrabi-Gemüse und Cranberrys	5
Veganes Haferflocken Schnitzel mit Champignon-Rahmsauce und Petersilienkartoffeln	8

Wiener Schnitzel

Rezept von Michael Scherz

Der Klassiker aus Österreich überzeugt durch seine Schlichtheit. Die luftig soufflierte Panierung und das hauchdünne zarte Fleisch sorgen für einen feinen Geschmack. Traditionell werden dazu lauwarmer Kartoffel-Gurkensalat, Preiselbeeren und eine Zitronenspalte gereicht. Zur klassischen „Wiener Garnitur“ gehört außerdem ein Stück Sardellenfilet.



Zutaten für 4 Personen:

- 8 Scheiben Kalbsrücken (je 100 - 120 g)
- 8 Eier
- Salz
- Pfeffer
- Wasser
- 400 g Weizenmehl (405 oder 550 oder Mischung aus beiden)
- 400 g Paniermehl
- 2 Liter Rapsöl
- Ca. 80 g Butter

Zubereitung:

- Je eine Scheibe Kalbsrücken unter ein Stück Frischhaltefolie legen und mit der groben Seite eines Fleischklopfers vorsichtig von innen nach außen plattieren.

Tipp von Michael Scherz: Nicht zu stark klopfen, sonst reißt das Fleisch und zerfällt. Viel Kraft ist nicht nötig, wenn die Scheiben schon dünn geschnitten sind. Die Schnitzel sollten am Ende eine Dicke von ca. 4 - 5 Millimetern haben.

- Die Eier aufschlagen. Großzügig mit Salz und Pfeffer würzen und einen Schluck Wasser dazugeben. Mit einem Stabmixer oder Schneebesen kurz verquirlen und in eine große Schüssel oder Auflaufform geben.

Tipp von Michael Scherz: Nur das Ei würzen, weil es das Einzige ist, was gleichmäßig das Fleisch ummantelt. Fleisch und Panierung bleiben ungewürzt.

- Das Mehl in eine große Schüssel oder Auflaufform geben und die Schnitzel darin schichten. Für 15 - 20 Minuten im Mehl ruhen lassen.

Tipp von Michael Scherz: Die Schnitzel so schichten, dass dazwischen genug Mehl liegt und sie sich nicht berühren. So kann sich der Saft des Fleisches gut mit dem Mehl verbinden.

- Das Paniermehl in eine große Schüssel oder Auflaufform geben.

Tipp von Michael Scherz: Sehr feines Paniermehl macht die Panierung gleichmäßiger. Wer eine Kaffeemühle besitzt, kann gekauftes Paniermehl noch etwas feiner mahlen.

- Nach 15 - 20 Minuten die Schnitzel aus dem Mehl nehmen und das überschüssige Mehl abklopfen. Je ein Schnitzel ins Ei legen, umdrehen und dann das überschüssige Ei am Rand der Schüssel abstreichen, sodass nur eine dünne Schicht haften bleibt.

- Danach direkt ins Paniermehl legen, einmal umdrehen und das überschüssige Paniermehl abschütteln. Wichtig: Das Paniermehl nicht andrücken, sonst souffliert die Panierung nicht. Insgesamt sollte eine dünne Panierung von etwa 1 Millimeter Stärke entstehen.

- Rapsöl ca. 4 - 5 cm hoch in eine hohe Pfanne geben und auf 160 - 180°C erhitzen. Wichtig: Ist das Fett nicht heiß genug, werden die Schnitzel matschig.

Tipp von Michael Scherz: Als Hitzeprobe ein paar Krümel Paniermehl ins Öl streuen. Wenn es schäumt und die Brösel oben schwimmen bleiben, ist das Fett heiß genug. Mit 2 Litern Rapsöl kann man ca. vier Portionen nacheinander zubereiten.

- Je nach Größe der Pfanne 1 - 2 Schnitzel vom Körper weg in die Pfanne legen. Die Schnitzel sollten im Öl schwimmend gebacken werden.

Tipp von Michael Scherz: Die Pfanne nun stetig in Bewegung halten und leicht schwenken, sodass die Schnitzel immer wieder mit heißem Fett überschwemmt werden. Nicht zu wild schwenken, sonst besteht Verbrennungsgefahr.

- Wenn der Rand des Schnitzels anfängt zu bräunen, sofort umdrehen und die Pfanne weiter kontinuierlich in Bewegung halten.
- Zwei EL Butter für das Finish mit in die Pfanne geben.
- Sobald die Schnitzel auch von der anderen Seite goldig gebräunt sind, aus der Pfanne nehmen und hochkant aufstellen. So bleibt die Soufflierung erhalten.
- Mit den anderen Schnitzelportionen genau so verfahren.

Tipp von Michael Scherz: Zwischen den Bratvorgängen immer wieder die Temperatur des Öls überprüfen und das Rapsöl ggf. erneuern, damit die Brösel nicht verbrennen.

- Je zwei Schnitzel als Portion auf einem Teller anrichten. Dazu schmecken Kartoffel-Gurkensalat, Preiselbeeren und eine Zitronenspalte.

Cordon Bleu mit Kohlrabi-Gemüse und Cranberrys

Rezept von Björn Freitag

Dieses Cordon Bleu bekommt durch den Camembert eine besondere Würze. Zusammen mit den karamellisierten Cranberrys entsteht eine echte Geschmacksexplosion. Die frischen Kräuter am Kohlrabi sorgen für einen zusätzlichen Frischekick.



Zutaten für 4 Personen:

- 2-3 Kohlrabi
- 800 g Schweinerücken
- Salz, Pfeffer
- 7-8 EL Rapsöl
- 4 Scheiben Saftschinken
- 100-120 g Camembert
- 1-2 EL Zucker
- 200-300 g frische Cranberrys
- 4 Eier

- 80 g Mehl
- Paniermehl
- Handvoll Walnüsse
- 1-2 EL kaltgepresstes Walnussöl
- 1/2 Bund Petersilie
- 1/2 Bund Dill

Zubereitung:

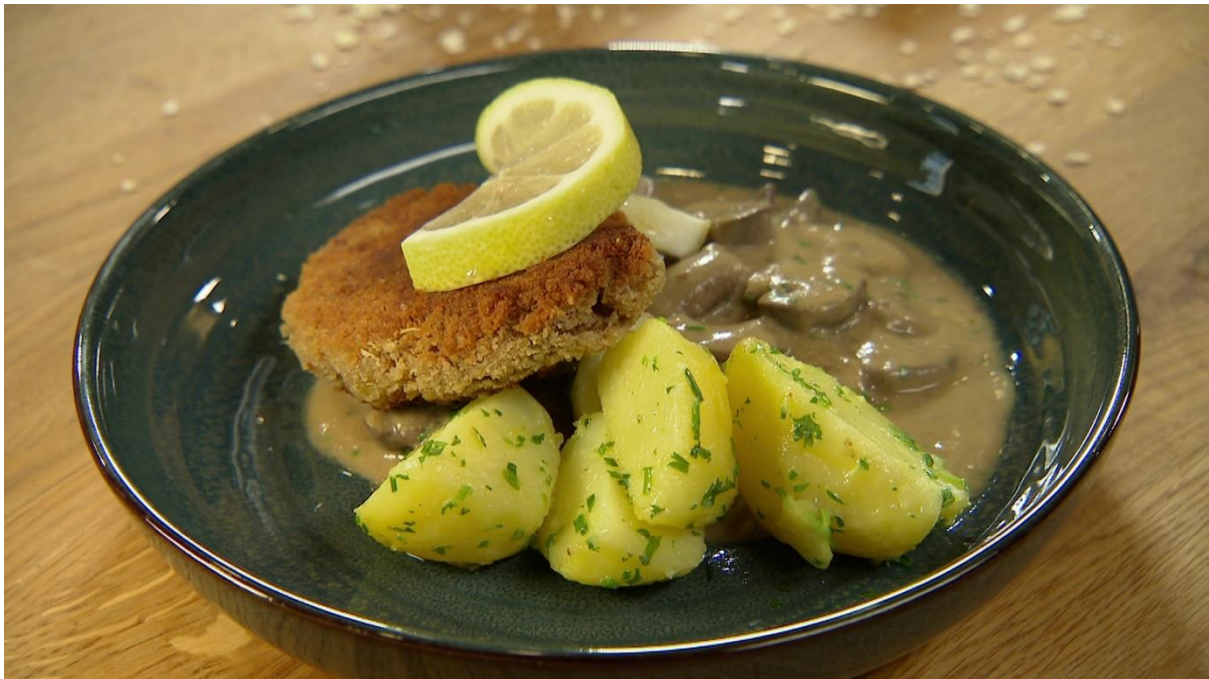
- Kohlrabi schälen, vierteln und in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden.
- Silberhaut vom Schweinerücken entfernen und anschließend in vier gleichgroße Scheiben schneiden.
- Die Fleischstücke waagrecht zu 4/5 durchtrennen, dann die beiden Hälften aufklappen.
- Fleischscheiben aufgeklappt zwischen zwei Lagen Frischhaltefolie legen und mit einem Fleischklopfer vorsichtig plattieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- Pfanne erhitzen und 2-3 EL Rapsöl hineingeben.
- Kohlrabi in die Pfanne legen und von beiden Seiten gleichmäßig anbraten.
- Etwa 0,5-1 cm dicke Scheiben Käse abschneiden und den Schweinerücken damit und einer Scheibe Schinken belegen.
- Das Cordon Bleu in der Mitte zusammenfalten und darauf achten, dass es von allen Seiten gut verschlossen ist.
- Topf erhitzen, dann 1 EL Zucker hineingeben und karamellisieren lassen.
- Cranberrys in den Topf mit dem karamellisierten Zucker geben und einkochen.
- Wenn der Kohlrabi von allen Seiten gebräunt ist vom Herd nehmen und zur Seite stellen.
- Pfanne mit genug Rapsöl erhitzen, dass der Boden bedeckt ist.
- Eier in einer Schüssel aufschlagen und verquirlen.
- Schnitzel zuerst im Mehl wenden und leicht andrücken, dann in die verquirlten Eier tauchen.

- Anschließend das Schnitzel in das Paniermehl legen und leicht andrücken.
- Der äußere Rand des Schnitzels kann zweifach paniert werden, um es noch fester zu verschließen.
- Cordon Bleu in die Pfanne legen und von beiden Seiten goldbraun anbraten, dabei immer wieder schwenken.
- Wenn es fertig ist aus der Pfanne nehmen und ruhen lassen.
- Falls notwendig vor dem nächsten Anbraten das Fett aussieben und Brösel der Panierung entfernen.
- Walnüsse hacken und gemeinsam mit ca. 1-2 EL Walnussöl unter die Cranberrys mengen.
- Petersilie und Dill grob hacken. Kräuter über dem Kohlrabi verteilen und miteinander vermengen.

Veganes Haferflocken Schnitzel mit Champignon-Rahmsauce und Petersilienkartoffeln

Rezept von Rosa Roderigo

Einfach, lecker und gesund: Dieses Haferflockenschnitzel ist ein echtes Wohlfühl-Essen! Es ist leicht herzustellen und eine fleischlose, hochwertige Alternative. Die Rahmsauce auf Basis von Mandelmus gibt dem Gericht ein besonderes Aroma.



Zutaten für 4 Personen:

- 400 800 g Kartoffeln
- 600 g Haferflocken
- 600 ml Sojamilch
- 4 EL Senf
- 4 TL Rosmarin
- 2-3 Knoblauchzehen
- 4 TL geräuchertes Paprikapulver
- Salz, Pfeffer
- 400-600 g Champignons

- 400 ml Gemüsebrühe
- Optional: Veganer Käse und vegane Wurst
- Paniermehl
- 6-10 EL weißes Mandelmus
- 7-8 EL vegane Butter oder pflanzliches Öl
- 1 – 1,5 Bund Petersilie
- 1 Bund Schnittlauch
- ½ Zitrone

Zubereitung:

- Kartoffeln in einen Topf mit Wasser geben und kochen.
- Knoblauch fein hacken.
- Haferflocken, Rosmarin, Paprikapulver, Senf, 2 gehackte Knoblauchzehen, Salz und Pfeffer vermengen.
- Champignons in Scheiben schneiden. In einer Pfanne ohne Öl anbraten, dabei immer wieder wenden.
- Wenn die Champignons von allen Seiten angeröstet sind, mit Brühe ablöschen, optional etwas Knoblauch hinzugeben und köcheln lassen.
- Sojamilch erhitzen, dabei einen kleinen Teil für die Panierung beiseitestellen.
- Die warme Sojamilch mit der Haferflockenmasse verrühren, anschließend auf einem Backpapier oder auf Frischhaltefolie zu einem Schnitzel formen.
- Für die Cordon Bleu Variante: Das Schnitzel mit Käse und Schinken belegen, dann mit einem zweiten geformten Schnitzel abdecken und die Ränder durch zusammendrücken verschließen.
- Für die Panierung das Schnitzel in die restliche Sojamilch tauchen und anschließend in Paniermehl wenden.
- Mandelmus zu den Champignons geben, unterrühren und weiter köcheln lassen. Die Menge variiert, je nachdem wie dickflüssig die Sauce werden soll.

- 3-4 EL vegane Butter oder Öl in einer Pfanne erhitzen, dabei sollte der Boden bedeckt sein.
- Die Schnitzel von beiden Seiten goldbraun braten.
- Die Kartoffeln abgießen, abschrecken, schälen und anschließend vierteln.
- Vegane Butter in einem kleinen Topf schmelzen.
- Petersilie hacken und gemeinsam mit Butter unter die Kartoffeln heben.
- Schnittlauch fein hacken und in die Rahmsauce geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Vor dem Verzehr etwas Zitronensaft über die Schnitzel träufeln.