


 Hauptspeise



Cordon Bleu

mit Pfefferrahmsauce und
Kartoffelwedges

 40 min Zubereitungszeit

 40 min Kochzeit

 1.440 kcal pro Portion

•• Mittel

 Deutsche Küche

 International



Zutaten

2 Portionen

2 Stk Schweinesteak à 200g

500 g Kartoffeln

4 Zweige Rosmarin

3 El Olivenöl

2 Tl Paprikapulver, edelsüß

3 Knoblauchzehen

2 Scheiben Kochschinken

2 Scheiben Emmentaler

2 Eier

50 g Mehl

80 g Semmelbrösel

2 Schalotten

1 El Pfefferkörner, eingelegt

Zubereitung

- 1 Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Kartoffeln gründlich abwaschen und längs vierteln. Rosmarin feinhacken. Beides in einer Schüssel zusammen mit Olivenöl, Paprikapulver, Salz und Pfeffer gründlich vermengen. Auf einem Backblech mit Backpapier ausbreiten. Knoblauchzehen mit einem Messer zerstoßen und hinzugeben. Im Ofen ca. 35 Min. backen. Dabei hin und wieder wenden.
- 2 Steaks abwaschen und trockentupfen. Mit einem Plattierer plattklopfen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Je eine Scheibe Schinken und Käse auflegen, zuklappen und die Seiten mit Zahnstochern befestigen.
- 3 Eier in einem tiefen Teller verquirlen. Mehl und Semmelbrösel separat voneinander auf 2 Teller verteilen. Cordon Bleu nun zunächst in Mehl wenden, dann durch das verquirlte Ei ziehen und in den Semmelbröseln wälzen. In einer großen Pfanne Butterschmalz erhitzen. Cordon Bleu knusprig braun braten. Anschließend kurz im Ofen warmhalten.

100 ml Weißwein
200 ml Sahne
100 ml Gemüsebrühe

- 4 Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. In einem kleinen Topf etwas Butterschmalz erhitzen. Schalotten anschwitzen. Pfefferkörner hinzugeben. Mit Weißwein ablöschen. Sahne hinzugeben, aufkochen und kurz einkochen. Gemüsebrühe hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 5 Cordon Bleu zusammen mit den Kartoffelwedges und der Pfefferrahmsauce auf Tellern anrichten.

Nährwerte

	pro 100g	pro Portion
Brennwert	654kJ /156kcal	6.020kJ /1.440kcal
Fett	8g	73g
davon gesättigte Fettsäuren	3g	31g
Kohlenhydrate	11g	100g
davon Zucker	2g	14g
Eiweiß	9g	82g
Salz	1g	5g