



Marinierte Kalbsschnitzel mit grünem Spargel

ZUTATEN (für 4 Personen)

8 dünne Kalbsschnitzelchen, je ca 40 g

1 Ei (L)

Salz

4-5 EL Paniermehl

4 EL Alba Öl - original Butteröl (cholesterinfrei) zum braten

8 EL Olivenöl (z.B.: Dom Diogo, Castello Zacro)

1 Bund grüner Spargel (ca. 500 g)

3 kleine Schalotten

1 kleine Möhre

1 Staudensellerieestange

10 weiße Pfefferkörner (weißer Periyar Pfeffer - Ingo Holland)

4 Salbeiblätter

125 ml Riesling Balsam Essig (sehr herb!)

altern. Mandarine-Mandel-Sherry Crema Essig, Lavendel-Zitrone Crema Essig, Condimento Balsama Bianco originale

Zubereitung

Die Schnitzel leicht klopfen. Das Ei in einem tiefen Teller mit einer Prise Salz verquirlen, das Paniermehl in einen zweiten Teller geben. Schnitzel durchs Ei ziehen und dann im Paniermehl wenden.

Dann in 4 EL Alba Öl in einer großen Pfanne bei großer Hitze goldbraun backen, auf Küchenpapier abtropfen.

Die holzigen Enden vom Spargel abschneiden, die Stangen quer halbieren. Dicke Stücke noch einmal der Länge nach halbieren. Den Spargel 3-4 Minuten in Salzwasser kochen, abgießen und mit den Schnitzeln in eine flache Schale schichten.

Zwiebeln und Möhre schälen und in dünne Scheiben schneiden. Sellerie waschen, ebenfalls in dünne Scheiben schneiden. Das Gemüse in 2 EL Olivenöl kurz andünsten. Die Pfefferkörner quetschen und mit den Salbeiblättern zum Gemüse geben. Mit Essig ablöschen, bei schwacher Hitze 5 Min. köcheln lassen.

Spargel und Schnitzel mit der Marinade begießen, einige Stunden durchziehen lassen. Anschließend Schnitzel und Spargel mit dem Essiggemüse anrichten und mit dem restlichen Öl beträufeln.

Falls Ihnen die Marinade zu sauer sein sollte, können Sie die Hälfte des Essigs durch Brühe ersetzen, bzw. durch einen der alternativ genannten Essige ersetzen.

Traditionell wird purer Essig genommen, da die Essigsäure das Fleisch auch konservieren sollte.

Tipp

Wenn Sie die Panade etwas würziger haben möchten, können Sie etwas von unseren Salsa's in das Paniermehl mischen.