

Knuspriges Kräuterschnitzel

dazu Ofenkartoffeln und Feldsalat mit Radieschen

Family 30 – 40 Minuten • 3048 kJ/729 kcal • Tag 5 kochen

34



Gewürzmischung „Hello Paprika“



Feldsalat



Kartoffeln (Drillinge)



Petersilie glatt



Schnittlauch



Schweineschnitzel



Joghurt



Semmelbrösel



Zitrone, gewaschen



Radieschen



Mayonnaise



Weizenmehl



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Gut im Haus zu haben

Zucker*, Ei*, Salz*, Pfeffer*, Öl*

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab und tupfe das Fleisch mit Küchenpapier trocken.

Was Du benötigst

1 Backblech mit Backpapier, 1 große Pfanne, 3 tiefe Teller, Küchenpapier und 2 große Schüsseln

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Gewürzmischung „Hello Paprika“	2 g	4 g	4 g
Feldsalat	75 g	100 g	150 g
Kartoffeln (Drillinge)	400 g	600 g	800 g
Petersilie glatt/Schnittlauch	10 g	10 g	10 g
Schweineschnitzel	250 g	375 g	500 g
Joghurt 7)	75 g	100 g	150 g
Semmelbrösel 15)	50 g	50 g	100 g
Zitrone, gewachst UY RS ES AR TR	1	1	2
Radieschen DE NL IT	150 g	150 g	200 g
Mayonnaise 8) 9)	17 ml	17 ml	34 ml
Weizenmehl 15)	2	3	4
Zucker*, Ei*, Öl*	Esslöffel Esslöffel Esslöffel		
Salz*, Pfeffer*	Angaben im Text nach Geschmack		

*Gut, im Haus zu haben

**Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 620 g)
Brennwert	493 kJ/118 kcal	3048 kJ/729 kcal
Fett	4,78 g	29,57 g
– davon ges. Fettsäuren	0,92 g	5,67 g
Kohlenhydrate	11,26 g	69,56 g
– davon Zucker	2,33 g	14,40 g
Eiweiß	6,91 g	42,69 g
Salz	0,291 g	1,800 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

Allergene: 7) Milch (einschließlich Laktose) 8) Eier 9) Senf 15) Weizen

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: DE: Deutschland NL: Niederlande IT: Italien UY: Uruguay RS: Serbien ES: Spanien AR: Argentinien TR: Türkei



1 Kartoffeln backen

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

Kartoffeln längs vierteln und in einer großen Schüssel zusammen mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** und **Gewürzmischung „Hello Paprika“** vermengen, **salzen*** und auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen. Für 25 Min. im Ofen backen, bis die **Kartoffeln** weich und goldbraun sind.



4 Salat vorbereiten

Radieschen in Scheiben schneiden.

Radieschen

Kindern kann das Wurzelgemüse zu scharf sein. Tipp für einen milderen Geschmack: übergieße die Radieschen mit heißem Wasser und lass sie 3 Minuten darin ziehen.



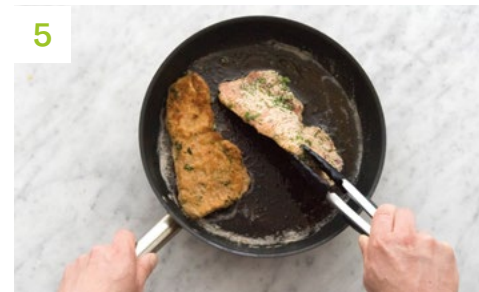
2 Schnitzel panieren

Petersilie und **Schnittlauch** hacken und die Hälfte davon mit den **Semmelbröseln** in einem tiefen Teller mischen.

2 EL [3 EL | 4 EL] **Mehl** und 1 [1,5 | 2] verquirltes **Ei*** in je einen tiefen Teller geben.

Schweineschnitzel mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen und nacheinander in **Mehl**, **Ei*** und **Kräuterbröseln** panieren.

Tipp: Wenn Du kein Ei zur Hand hast, kannst Du auch einen Schluck Milch* verwenden.



5 Schnitzel braten

In einer großen Pfanne ca. 100 ml **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen. **Schnitzel** darin ca. 5 – 7 Min. je Seite braten, bis sie goldbraun sind, dabei immer wieder mit einem Löffel heißem **Öl*** übergießen.

Tipp: Keine Angst vor der großen Menge Öl, die Semmelbrösel saugen nicht alles davon auf, wenn Du das Öl vorher gut erhitzt.



3 Dressing zubereiten

Joghurt, **Mayonnaise** und restliche **Kräuter** in eine große Schüssel geben.

Zitrone halbieren und den **Saft** aus 1 [1,5 | 2] **Zitronenhälfte** zum **Joghurt** in die Schüssel pressen.

Mit **Salz***, **Pfeffer*** und 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Zucker*** abschmecken.

Restliche **Zitrone** in Spalten schneiden.



6 Anrichten

Schnitzel auf etwas Küchenpapier legen, damit das überschüssige Fett aufgesogen wird.

Röstkartoffeln aus dem Ofen nehmen.

Radieschenscheiben und **Feldsalat** mit dem **Joghurtdressing** vermischen.

Schnitzel, **Röstkartoffeln** und **Salat** auf Tellern anrichten, **Zitronenspalten** dazureichen und genießen.

Guten Appetit!