

# Gefülltes Basilikum- Kalbsschnitzel mit gedünsteten Tomaten

Sachbezeichnung



**Ausbeute**  
4 Portion(en)



**Zeitplanung**  
Zubereitung: 50–60 Minuten



**Nährwerte** (100 g oder 100 ml)  
Energie: 1'296 kJ/310 kcal;  
Fett: 7.9 g, davon ges. Fettsäuren 2.6 g;  
Kohlenhydrate: 5.1 g, davon Zucker 1.0 g;  
Eiweiss: 9.1 g; Salz 0.57 g

## Rezept

### Zutaten (1'819 g)

800 g Tomaten

60 g Zwiebeln

40 g Olivenöl

8 g Speisesalz

1 g Pfeffer, schwarz

10 g Basilikum, frisch

10 g Petersilie, frisch

480 g Kalbsschnitzel

80 g Weizenmehl 400

50 g Milch

180 g Eier

50 g Parmesan

30 g Butter

20 g Olivenöl

## Herstellung

1

### Zubereitung

In einer mittleren Pfanne reichlich Wasser aufkochen. Die Tomaten 20 Sekunden hineinlegen, in ein Sieb abschütten und im Eiswasser abkühlen lassen. Dann die Tomaten häuten, waagrecht halbieren, entkernen und in kleine Würfel schneiden.

Die Zwiebeln schälen und fein hacken. In einer Pfanne das Olivenöl erhitzen. Die Zwiebeln darin glasig dünsten. Dann die Tomaten beifügen, mit Salz und Pfeffer würzen und 3–4 Minuten dünsten. Beiseitestellen.

Die Kalbsschnitzel zählen und die gleiche Anzahl Basilikumblätter auf die Seite legen. Den restlichen Basilikum und die Petersilie fein hacken und 1/3 davon zu den Tomaten geben.

Die Kalbsschnitzel sorgfältig mit dem Fleischklopfer flach drücken und beidseitig mit Salz und Pfeffer würzen. Auf die Hälfte der Schnitzel je 2 Basilikumblätter legen und diese mit der anderen Hälfte decken. Den Rand mit den Fingern andrücken.

Das Mehl in einen tiefen Teller geben. In einer weiten Schüssel Milch und Eier sehr gut verquirlen. Die restlichen gehackten Kräuter und der Parmesan daruntermischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

In einer grossen Bratpfanne die Butter und das Olivenöl erhitzen. Die Kalbsschnitzel zuerst im Mehl wenden, dann durch die Ei-Mischung ziehen und sofort in die Pfanne legen. Bei mittlerer Hitze auf jeder Seite etwa 3 Minuten goldbraun braten.

Gleichzeitig die Tomaten nochmals gut erhitzen und wenn nötig nachwürzen.

2

### Anrichten

Die Schnitzel auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit den Tomaten dekorieren. Als Beilage passen Risotto oder in Olivenöl gebratene kleine Schalenkartoffeln. Sofort servieren.