



Kochen

Ludwig Heer

Mittwoch, 22.01.2025

Gefüllte Schnitzel mit Wirsing, Knöpfe und Karotten

Für 4 Personen

Zutaten

Für die Knöpfe:

150 g Instant-Mehl

etwas Salz

etwas Muskatnuss (frisch gerieben)

2 Eier (Gr. L)

etwas Butter

etwas Olivenöl

Für die Karotten

200 g Karotten (z. B. bunte Sorten)

1 Stiel Thymian

1 Stiel Rosmarin

30 g Butter oder Olivenöl

etwas Salz

etwas Pfeffer

etwas Zucker

Für die Schnitzel

600 g Schweinerücken (ausgelöst; im Stück)

1 Zwiebel, groß

etwas Rapsöl

120 g Speckwürfel

150 g Emmentaler

etwas Salz

etwas Pfeffer

Für Wirsing und Béchamelseße:

500 g Wirsing, ca.

etwas Salz

1 Zwiebel

30 g Butter

15 g Mehl

500 ml Milch

etwas Salz

etwas Pfeffer

etwas Muskatnuss (frisch gerieben)

Zubereitung:

1. **Für die Knöpfe** Mehl in eine Rührschüssel sieben. Salz, Muskatnuss und Eier zugeben und alles mit einem Kochlöffel kräftig verschlagen, bis ein leicht blasiger Teig entsteht.

Bei Bedarf noch etwas kaltes Wasser zugeben. Teig zugedeckt kurz ruhen lassen.

2. **Für die Karotten** den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze oder 180 Grad Umluft vorheizen. Karotten putzen, schälen und längs vierteln. Thymian und Rosmarin abbrausen, trocken schütteln und grob zerzupfen.

3. Butter oder Olivenöl in einer ofenfesten Pfanne oder Auflaufform erhitzen. Karotten und Kräuter zugeben, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Im heißen Backofen 10-15 Minuten garen.

4. **Für die Knöpfe** reichlich Salzwasser in einem großen Topf aufkochen. Den Teig mit der Knöpflepresse ins kochende Wasser drücken, ca. 1 Minute köcheln lassen. Knöpfe dann mit einer Schaumkelle aus dem

Wasser heben, in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben und kurz abschrecken. Knöpfe abtropfen lassen.

5. **Für die Schnitzel** Fleisch in 4 gleich dicke Scheiben schneiden und trocken tupfen. Jede Scheibe waagrecht tief ein- aber nicht ganz durchschneiden (bis auf ein etwa 1 cm Stück; Schmetterlingsschnitt). Fleischscheiben dann aufklappen und z. B. zwischen Folie dünn plattieren.

6. Zwiebel schälen und fein schneiden. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel- und Speckwürfel darin anbraten. Käse reiben und ca. $\frac{3}{4}$ vom Käse mit in die Pfanne geben. Käse schmelzen lassen.

7. Die Schnitzelstücke mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zwiebel-Käsemasse jeweils auf einer Fleischhälfte verteilen, dabei rundherum einen Rand frei lassen. Die Schnitzel zur Hälfte überklappen, Ränder fest andrücken und evtl. mit kleinen Holzspießen feststecken.

8. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen, die Schnitzel darin von beiden Seiten kurz kräftig anbraten. Schnitzel in eine Auflaufform geben, den restlichen Käse darauf verteilen. Mit in den heißen Backofen geben und ca. 7-10 Minuten fertig garen.

9. **Für den Wirsing** Wirsing vierteln, Strunk ausschneiden. Wirsing abbrausen, abtropfen lassen und in feine Streifen schneiden. Reichlich Salzwasser aufkochen, Wirsingstreifen darin ca. 2 Minuten blanchieren.

In Eiswasser kurz abschrecken und abtropfen lassen.

10. **Für die Soße** Zwiebel schälen, fein schneiden. Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebelwürfel darin andünsten. Mit Mehl bestäuben und kurz anschwitzen. Dann unter ständigem Rühren mit Milch auffüllen. Bei schwacher Hitze unter gelegentlichem Rühren 2 Minuten köcheln lassen. Soße mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

11. **Für die Knöpfe** etwas Öl und Butter in einer Pfanne erhitzen, Knöpfe darin warm schwenken.

12. Kurz vor dem Servieren den Wirsing zur Sauce geben, unter Rühren erhitzen und einmal kurz aufkochen lassen. Wirsing abschmecken.

13. Schnitzel, Wirsing, Karotten und Knöpfe auf vorgewärmten Tellern anrichten.