

Kathrins Natura-Beef Cordon-Bleu mit Bärlauch

Für 4 Personen

Zutaten

4	Plätzli (je etwa 150 g, zum Füllen aufgeschnitten)
	Fleischgewürz
12	Blätter Bärlauch
4	Scheiben Schinken
4	Scheiben rezenten Bergkäse
2	Eier
1 El	gehackter Bärlauch
150 g	Paniermehl
100 g	Mehl
3 El	Bratbutter

Zubereitung

- Plätzli aufklappen, etwas klopfen und beidseitig würzen.
- Zuerst je drei Bärlauchblätter auf die Plätzli verteilen, dann je eine Scheibe Schinken und eine Scheibe Käse draufgeben. Die Plätzli zusammenklappen und mit einem Zahnstocher feststecken.
- Die Eier in einem tiefen Teller verklopfen und den gehackten Bärlauch dazugeben. Paniermehl und Mehl ebenfalls in je einen tiefen Teller geben.
- Die Plätzli zuerst im Mehl, dann in der Eimasse und zuletzt im Paniermehl wenden. Panade gut andrücken.
- In der nicht zu heissen Bratbutter beidseitig etwa 4 Minuten goldgelb braten.



Beilagen

Dazu passen Pommes frites oder ein bunter, gemischter Salat.

Hinweis

Statt Bärlauch können Sie auch frischen Spinat verwenden.

Kochbuch

«Kathrins Natura-Beef Fleischküche»

Dieses Rezept ist auf Seite 48 des Kochbuchs «Kathrins Natura-Beef Fleischküche» zu finden. Bio-Bäuerin Kathrin Sprecher ist als Siegerin der fünften Staffel «SRF bi de Lüt – Landfrauenküche» bekannt für ihre Kochkünste. Das Kochbuch mit 54 Natura-Beef-Rezepten hat sie in der in der Reihe «Landfrauen kochen» verfasst. Neben den Rezepten bietet das Kochbuch auch zahlreiche Tipps, Fleischkunde und Wissenswertes zur Mutterkuhhaltung. Bestellt werden kann es über unseren Website-Shop.

(Foto: Nina Mattli)