

Panierte Kuheuterschnitzel mit Kartoffelspalten

Haben Sie schon einmal Kuheuterschnitzel zubereitet? Sie lassen sich braten wie die Ihnen bekannten Schnitzel von Rind, Kalb oder Schwein.



Kross und knusprig gebraten Kuheuterschnitzel waren der Geheimtipp, oder man muss historisch wohl korrekter sagen, der Ersatz zu Kriegs- oder Nachkriegszeiten für Rinder-, Kalbs- oder Schweineschnitzel. Diese waren gar nicht oder nur sehr schwer zu bekommen und teuer. Also griff man zu diesem Ersatz. Denn Kuheuter waren und sind einfach, schnell und preiswert zu bekommen.

Sie bekommen Kuheuter beim Schlachter Ihres Vertrauens. Oder auch beim Schlachter an der Frischfleischtheke eines großen Supermarkts. Dort können Sie Kuheuter oder Kuheuterschnitzel vorbestellen und sich liefern lassen. Ein ganzes Kuheuter ist

sichtlich zu viel sogar für eine 4-köpfige Familie. Also kaufen Sie besser nur ein halbes oder eventuell ein viertel Kuheuter. Und wenn der Schlachter dies anbietet, dann liefert er Ihnen das Kuheuter auch zum einen schon vorgegart und zum anderen in dünne Scheiben geschnitten, wie man es für Schnitzel eben so tut.

Sie lesen richtig, Kuheuterschnitzel müssen in kochendem Wasser vorgegart werden. Erst dann kann man sie in die Pfanne hauen. Aber sie lassen sich dann paniert oder unpaniert sowohl braten als auch grillen. Und schmecken sehr gut. Vergleichen mit anderem Fleisch kann man sie schlecht, sie haben einen eigenen Geschmack und Konsistenz. Aber sie schmecken eben wie ein Schnitzel. Und das bekommen Sie dann auch noch für einen Spottpreis, verglichen mit Schnitzel aus anderen Fleischarten.

In diesem Rezept werden die Schnitzel gewürzt, dann paniert, indem man eine Panierstraße mit Mehl, Eiern und Paniermehl aufbaut, und die Schnitzel dann in einer großen Portion Rapsöl gebraten. Die Schnitzel bekommen auf jeder Seite etwa 5 Minuten bei mittlerer Temperatur, bis sie eine schöne, krosse und dunkelbraune Panade haben. Sie müssen auch nicht mehr prüfen, ob die Schnitzel beim Braten schon durchgegart sind, denn dies sind sie ja durch das vorherige Garen im kochenden Wasser. Es geht somit also nur noch um die Knusprigkeit.

Als Beilage kommen einige Kartoffelspalten dazu, die fast den ganzen Aufwand machen. Denn die Kartoffelspalten wollen vorgegart sein, um sie dann ebenfalls in der Pfanne in Öl kross und knusprig zu braten.

Für 2 Personen:

- 6 Kuheuterschnitzel
- 4 große Biokartoffeln
- Salz
- schwarzer Pfeffer

Für die Panierstraße:

- 2 Eier
- 6 EL Mehl
- 6 EL Paniermehl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 25 Min.



Panierte Schnitzel

Kartoffeln in Achtel schneiden und in eine Schüssel geben. In kochendem Wasser etwa 12 Minuten garen. Herausnehmen, in die Schüssel geben und abkühlen lassen.

Kuheuterschnitzel auf jeweils beiden Seiten salzen und pfeffern. Die Gewürze mit der Hand etwas an den Schnitzel festdrücken, damit sie auch haften bleiben.

Eine Panierstraße mit Mehl, verquirlten Eiern und Paniermehl auf drei Teller herstellen.

Rapsöl in zwei großen Pfanne erhitzen. In der einen Pfanne die

Kartoffelspalten bei mittlerer Hitze anbraten. Leicht salzen.

Parallel dazu Schnitzel nacheinander zuerst auf beiden Seiten in das Mehl drücken, dann durch die Eier ziehen und schließlich im Paniermehl wenden. Dann sofort in die zweite Pfanne geben und auf jeweils beiden Seiten etwa 5 Minuten kross und knusprig anbraten, bis man eine schöne, dunkelbraune Panade hat.

Jeweils drei Schnitzel auf einen Teller geben. Kartoffelspalten dazu verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Kuheuter-Geschnetzeltes mit Gemüse



Sehr würzig und lecker

Kuheuterschnitzel, in kurze Streifen geschnitten und in Olivenöl in der Pfanne gebraten.

Kuheuterschnitzel kauft man vorgegart beim Schlachter seines Vertrauens.

Man kann es, wie der Name schon sagt, auch gut als Schnitzel in der Pfanne zubereiten. Entweder natur oder auch paniert.

Weitere Zutaten sind einige Gemüsesorten.

Für eine gehörige Schärfe sorgen die Peperoni.

Und für eine schöne Würze sorgt geriebener Cheddar.

[amd-zlrecipe-recipe:1221]