Rezept

Panierte Kalbskoteletts

Ein Rezept von Panierte Kalbskoteletts, am 27.04.2024

Zutaten

- **4** nicht zu dicke Kalbskoteletts (jedes etwa 150 g. Nicht jeder Metzger hat Kalbskoteletts selbstverständlich im Angebot, also besser bestellen und nur zur Not Schweinekoteletts nehmen)
- **2 EL** Butter
- **1** Lorbeerblatt
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- **3 EL** Mehl
- **4 EL** Olivenöl
- **1** Schalotte
- ½ Bund Petersilie
- ½ Bund Basilikum
- etwas frischer Thymian
- **8 EL** Weißweinessig (am besten Balsamico bianco)
- Salz
- **2** Eier
- **120 g** Semmelbrösel
- **1** große Zitrone

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 480 kcal

Zubereitung

1. Die Kalbskoteletts trockentupfen und nebeneinander in eine Form legen. Die Schalotte schälen und ganz fein schneiden. Die Kräuter waschen und trockenschütteln. Petersilie und Basilikum abzupfen, Thymian abstreifen. Die Kräuter fein zerkleinern.

2. Einen kleinen Topf auf den Herd stellen, 1 EL Butter darin zerlaufen lassen. Die Schalotte reinrühren und bei mittlerer Hitze ein paar Minuten andünsten. Immer mal wieder durchrühren. Die Kräuter dazuschütten, den Essig auch. Lorbeerblatt reinlegen, alles salzen und pfeffern und über die Koteletts gießen. Mindestens 1 Stunde in Ruhe lassen.

3. Danach die Koteletts abtropfen lassen, aber so viele Kräuter wie möglich dran lassen. Koteletts auf beiden Seiten salzen und pfeffern. Die Eier in einen tiefen Teller aufschlagen und mit der Gabel nur so lang verquirlen, bis Eigelb und Eiweiß sich vermischt haben. Mehl in einen anderen Teller schütten, Semmelbrösel in einen dritten.

4. Die Koteletts zuerst im Mehl wenden, dann durch die Eier ziehen und zum Schluss in die Semmelbrösel legen. So lange drehen, bis auf beiden Seite eine schöne Schicht haften geblieben ist. Auf ein Brett legen.

5. In einer großen Pfanne übrige Butter und Öl heiß werden lassen. Auf mittlere Hitze zurückschalten, die Koteletts reinlegen und auf jeder Seite 8 Minuten braten.

6. Die Zitrone vierteln. Die gebratenen Koteletts auf Teller legen, etwas Bratfett drüber träufeln. Zu jedem Kotelett ein Zitronenviertel legen. Gleich auf den Tisch stellen!