

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



Sous vide gegartes Cordon Bleu vom Schweinerücken

Koch: Wolfgang Knechtl

Zutaten

(4 Personen)

Für das Cordon Bleu

- 4 Schweinerücken Schnitzel à 170 g
- 4 Scheiben Schinken
- 4 Scheiben Käse (z.B. Emmentaler)
- 2 verquirlte Eier zum Panieren
- Mehl zum Panieren
- Semmelbrösel zum Panieren
- Frischhaltefolie
- Alufolie
- 2 Gefrierbeutel

Für die Petersilienkartoffeln

- 8 Kartoffeln
- 1 Bund Petersilie
- Salz
- 2 EL Butter zum Anbraten

Für den Zitronenschaum

- 2 Eiweiße
- Saft einer ½ Zitrone
- 1 TL Zucker

Quelle: ORF extra

Für die Garnitur

- Preiselbeeren

Zubereitung

- 1.** Für das Cordon Bleu zuerst die Schnitzel klopfen, mit dem Schinken und dem Käse belegen und einrollen. Die Rollen dann in Frischhaltefolie und anschließend in Alufolie einrollen und dann je zwei Folienrollen in einen Gefrierbeutel geben und die Luft so gut wie möglich aus dem Beutel entfernen. Die Rollen bei etwa 70° C für 2 Stunden im Wasserbad garen, danach herausnehmen und in kaltes Wasser legen, damit sie die Form behalten.
- 2.** In der Zwischenzeit die Kartoffeln schälen, in gleich große Stücke schneiden und in Salzwasser weichkochen. Die Petersilie fein schneiden und die gekochten Kartoffeln dann in der Butter und der Petersilie in einer Pfanne durchschwenken und leicht anbraten.
- 3.** Nun die Cordon Bleus aus dem Gefrierbeutel und der Folie nehmen, salzen und zuerst in Mehl, dann in verquirltem Ei und zuletzt in den Semmelbröseln panieren. Die Cordon Bleus in einer Pfanne und reichlich Öl bei zirka 160° C goldgelb backen und dann auf etwas Küchenpapier abtropfen lassen.
- 4.** Für den Schaum das Eiweiß mit etwas Zucker mit einem Handrührgerät steif schlagen und währenddessen den Zitronensaft nach und nach dazugeben.
- 5.** Zum Schluss das Cordon Bleu diagonal aufschneiden und mittig auf einem flachen Teller anrichten. Die Petersilienkartoffeln nochmal leicht salzen und dazugeben und den Zitronenschaum darauf drapieren. Das Gericht mit Preiselbeeren garnieren.