



Alles in Butter

Der Genuss-Podcast mit

Carolin Courts und Uwe Schulz

Aus der Folge: „Max Strohe“

Kalbskotelett Parmigiana

Zutaten für 4 Portionen

Für die Sauce

- 30 g Karotte, grob gewürfelt
- 30 g Staudensellerie, grob gewürfelt
- 30 g Zwiebel, grob gewürfelt
- 1 Knoblauchzehe, gehackt
- Olivenöl, Salz, Pfeffer, Zucker
- 1 EL Tomatenmark
- 500 g Pelati-Tomaten aus der Dose
- je 1 Zweig Thymian & Rosmarin

Außerdem

- 1 Burrata
- 80 g Parmesan
- etwas Basilikum

Zubereitung

- Für die Sauce die Gemüse und die Zwiebel zusammen mit dem Knoblauch bei mittlerer Hitze in Olivenöl anschwitzen, bis es glasig wird. Das Tomatenmark etwa 1 Minute mitschwitzen und dann die Tomaten sowie die Kräuter hinzufügen. Mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker würzen und 15 Minuten bei geringer Hitze köcheln lassen, dann durch ein Sieb passieren und nochmals abschmecken.
- Den Backofen auf 150° Ober-/Unterhitze vorheizen. Mehl, Eier und Panko auf separate Teller verteilen. Die Koteletts mit einem Fleischklopfer leicht plattieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch erst mehlieren, dann durch die verquirlten Eier ziehen und im Panko wenden. Das Fett in einer Pfanne erhitzen, die Koteletts darin goldbraun braten und im Ofen etwa 5 Minuten ruhen lassen.
- Zum Anrichten die Koteletts auf Teller legen, ein paar Löffel Sauce darauf verteilen, den Burrata zerrupfen und daraufgeben, reichlich Parmesan drüberreiben und mit Basilikum garnieren.

Für die Koteletts

- 50 g Mehl
- 3 Eier, verquirlt
- 150 g Pankoflocken
- 4 Kalbskoteletts
- Salz
- Pfeffer
- reichlich Fett zum Braten