

Kochen

Mira Maurer

Dienstag, 02.06.2020

**Schnitzel in Parmesanhülle mit Spaghetti und Gemüse
Für 4 Personen**

Zutaten

Für die Soße

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 8 Tomaten
(ersatzweise 1 kleine Dose Tomaten)
- 1 Stiel Rosmarin
- 1 Stiel Thymian
- 1 Stiel Oregano
- 2 EL Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- 1 TL Honig

Für die Spaghetti

- 1 Zucchini
- 4 Karotten
- 1 Stange Lauch
- 2 Stangen Staudensellerie
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- 2 EL Wasser
- 200 g Sahne
- 400 g Spaghetti

Für die Schnitzel

- 12 Schweineschnitzel
(klein, vom Rücken)
- Salz
- Pfeffer
- 3 EL Mehl
- 3 Eier (Größe M)
- 60 g Parmesan, gerieben
- 0,5 Biozitronen, Saft und Schale davon
- 3 Stiele Basilikum, fein gehackt
- 100 ml Olivenöl



Zubereitung

1. **Für die Soße** Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Tomaten abbrausen und klein schneiden. Kräuter abbrausen, trockenschütteln und fein schneiden.
2. Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten. Tomaten und Kräuter zugeben. Mit Salz, Pfeffer und Honig würzen und ca. 20 Minuten köcheln lassen.
3. **Inzwischen für die Spaghetti** Zucchini, Karotten, Lauch und Sellerie putzen, abbrausen,

- evtl. schälen und beim Sellerie die Fäden ziehen. Knoblauch abziehen.
4. Das Gemüse anschließend in feine Streifen schneiden. Den Knoblauch fein hacken.
 5. Öl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch darin andünsten. Gemüse zugeben, ebenfalls kurz andünsten.
 6. Gemüse Mit Salz und Pfeffer würzen, Wasser und Sahne unterrühren und ca. 10 Minuten köcheln lassen.
 7. Spaghetti nach Packungsanleitung in Salzwasser bissfest garen
 8. **Die Schnitzel** leicht plattieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
 9. Mehl auf einem flachen Teller verteilen. Eier verquirlen. Parmesan, Zitronenschale und Basilikum untermischen.
 10. Schnitzel zuerst in Mehl wenden, überschüssiges Mehl abklopfen.
 11. Schnitzel anschließend in der Eimasse wenden.
 12. Öl erhitzen, die Schnitzel darin portionsweise ca. 3 Minuten pro Seite goldgelb braten.
 13. Schnitzel herausheben und jeweils mit etwas Zitronensaft beträufeln.
 14. Spaghetti abgießen und direkt mit dem Gemüse mischen.
 15. Tomatensoße, und Spaghetti abschmecken. Mit den Schnitzeln anrichten und servieren.