



Curry-Schnitzel mit Kartoffel-Lauch-Gemüse

Zeit gesamt
35min

Zubereitungszeit
35min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Salz	
Schinkenschnitzel aus der Oberschale vom Schwein	600 g
Kartoffeln, vorw. festk.	1 kg
Lauch	2 St.
Walnusskerne	3 EL
Öl	3 EL
Schalotten	1 St.
Schlagsahne	200 g
Pfeffer, schwarz	
Weizenmehl, Type 405	2 EL
Currypulver	2 TL
Butter	2 EL
Basilikum, frisch	20 g

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf, große Pfanne, Sieb, Küchenkrepp

1. In einem Topf etwa 3 l Salzwasser zugedeckt aufkochen. Schnitzel waschen, trocken tupfen und zum Temperieren beiseitelegen. Kartoffeln waschen, schälen und ca. 1,5 cm klein würfeln. Wenn das Wasser kocht, Kartoffeln darin ca. 10 Min. garen.
2. Inzwischen vom Lauch die Wurzelansätze und ggf. die unschönen oberen Enden entfernen. Die Lauchstange anschließend in ca. 1 cm dicke Ringe schneiden und gründlich waschen. Nach ca. 6 Min. die Lauchringe zu den Kartoffeln geben und ca. 4 Min. mitgaren.
3. Kartoffeln und Lauch in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und anschließend auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Den Topf säubern.
4. Derweil Walnüsse grob hacken. In einer Pfanne 1 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und die Walnüsse darin unter gelegentlichem Schwenken ca. 2 Min. goldbraun anbraten. Danach in eine Schüssel geben, leicht salzen und abkühlen lassen. Pfanne säubern.
5. Schalotte halbieren, schälen und fein würfeln. Im gesäuberten Topf 1 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und die Schalottenwürfel darin ca. 2 Min. farblos anschwitzen. Mit Sahne ablöschen und aufkochen. Kartoffeln und Lauch zugeben und das Gemüse auf niedriger Stufe ca. 5 Min. köcheln. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und danach nur noch zugedeckt warm halten.

6. In einem tiefen Teller Mehl mit Currypulver mischen. Schnitzel salzen, beidseitig im Gewürzmehl wenden bzw. komplett auf dem Fleisch verteilen und etwas fest drücken. In der Pfanne 1 EL Öl und 2 EL Butter auf hoher Stufe erhitzen und das Fleisch von beiden Seiten ca. 2 Min. goldbraun anbraten. Fertige Schnitzel auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

7. Basilikum waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen und grob schneiden. Die Hälfte des Basilikums unter das Gemüse heben. Kartoffel-Lauch-Gemüse und Schnitzel auf Tellern anrichten und mit übrigen Basilikum und gerösteten Walnüssen servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	668 kcal
Kohlenhydrate	68 g
Eiweiß	45 g
Ballaststoffe	7 g
Fette	25 g