

## Rainer Klutsch Schnitzel in Ei-Hülle mit Tomatensauce

Donnerstag, 20. April 2023  
Rezept für 4 Personen

**Dauer: 45 Minuten**  
**Schwierigkeitsgrad: Mittel**  
**Grundrezept**

### Zutaten:

Für die Tomatensauce:

30 g	getrocknete Tomaten
2	Schalotten
1	Knoblauchzehe
500 g	reife Tomaten (oder Tomaten aus der Dose)
2 EL	Olivenöl
1/2 TL	brauner Zucker
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
2 Zweige	Basilikum

Für die Schnitzel

80 g	Parmesan
4	Eier
8	Schweineschnitzel à 70 g
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
2 EL	Mehl
2 EL	Butterschmalz

### Zubereitung:

1. Für die Tomatensauce die getrockneten Tomaten ca. 15 Minuten in kaltem Wasser einweichen.
2. Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden.
3. Die frischen Tomaten waschen, abtrocknen, halbieren, den Stielansatz entfernen und die Kerne austreichen. Fruchtfleisch würfeln.
4. Eingeweichte getrocknete Tomaten abtropfen lassen und fein hacken.
5. In einem Topf Olivenöl erhitzen, Schalotten und Knoblauch darin anschwitzen, mit Zucker bestreuen und karamellisieren lassen.
6. Getrocknete Tomaten und Tomatenwürfel zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 20 Minuten köcheln lassen.
7. Basilikum abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.
8. Für die Schnitzel den Parmesan fein reiben. Die Eier verquirlen und geriebenen Parmesan untermischen.
9. Die Schnitzel plattieren.
10. Schnitzel mit Salz und Pfeffer würzen. Dann die Schnitzel im Mehl wenden, überschüssiges Mehl abklopfen und durch die Ei-Parmesan-Mischung ziehen.
12. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Schnitzel darin goldgelb von beiden Seiten braten.
13. Die Tomatensauce abschmecken.



14. Schnitzel auf Teller geben, die Tomatensauce angießen, mit Basilikumblättchen garnieren. Dazu passen Spaghetti.

Pro Portion: 525 kcal/ 2190 kJ  
15 g Kohlenhydrate, 47 g Eiweiß, 31 g Fett

**Zusatzrezept:  
Brennnessel-Pesto**

**Zutaten:**

20 g	Walnusskerne
20 g	Sonnenblumenkerne, geschält
80 g	frische, zarte Brennnesseltriebe
etwas	Salz
1	Knoblauchzehe
50 g	Parmesan
100 ml	Olivenöl

**Zubereitung:**

1. Walnuss- und Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Fett kurz rösten und abkühlen lassen.
2. Brennnesseltriebe verlesen, abspülen und in einem Topf mit reichlich kochendem Salzwasser kurz blanchieren. Herausnehmen und gut abtropfen lassen.
3. Knoblauch schälen und vierteln.
4. Parmesan fein reiben.
5. Brennnesseln ausdrücken und sehr fein schneiden.
5. Parmesan, Walnuss- und Sonnenblumenkerne, Knoblauch, etwas Olivenöl und 1 Prise Salz in einen Mixbecher geben und mit dem Pürierstab fein pürieren, die gehackten Brennnesseln und restliches Olivenöl untermischen, das Pesto abschmecken.
6. Das Pesto in saubere verschließbare Gläser füllen. Es hält sich ca. 2 Wochen im Kühlschrank.