



**Choche  
& gnüsse**  
mit David Geisser

## «CRISPY» KALBSKOTELETT MIT TOMATEN-PARMESAN-BUTTER

REZEPT FÜR 4 PERSONEN

### ZUBEREITUNG

Für die Mischung der Panade nehmen, was der Küchenschrank hergibt. Koteletts würzen und im Mehl wenden. Im verquirlten Ei wenden und abschliessend in der Panade panieren. In einer Pfanne in reichlich Öl beidseitig knusprig braten. Das Öl sollte hierbei die Hälfte der Koteletts bedecken.

Beliebige Kräuter zupfen und hacken (z.B. Petersilie, Basilikum, Salbei, Rosmarin, Thymian). Die getrockneten Tomaten vollständig vom Öl oder der Marinade befreien und abtropfen. Anschliessend zusammen mit dem Knoblauch in einen Mixer geben und fein mixen. Tomaten-Knoblauchmasse zur weichen Butter dazugeben, gehackte Kräuter und geriebenen Parmesan ebenfalls begeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### EINKAUFLISTE:

#### ZUTATEN KOTELETTS

- 4 KALBSKOTELETTS
- 3 EL MEHL ZUM MEHLIEREN
- 2 EIER
- 2 EL FLEISCHWÜRZMISCHUNG
- 250 G PANADE (GEMISCH AUS PANIERMEHL, GEMAHLENE HASELNÜSSEN, QUINOA, HAFERFLOCKEN, CHIA- ODER LEINSAMEN USW.)
- ÖL ZUM BRATEN

#### ZUTATEN TOMATEN-PARMESAN-BUTTER

- 150 G GETROCKNETE TOMATEN
- 1 KNOBLAUCHZEHE
- 250 G BUTTER (ZIMMERTEMPERATUR)
- 1 EL TROCKENKRÄUTER
- 60 G PARMESAN, GERIEBEN
- 1 ZITRONE
- SALZ
- PFEFFER AUS DER MÜHLE

POWERED BY:

