

SCHNITZEL MIT OFENPOMMES,

dazu Gurkensalat und Tomatenmayonnaise

KIDS HIT



- Schweineschnitzel
- Ei
- Weizenmehl
- Semmelbrösel
- Gewürzmischung „Kartoffelknaller“
- Mayonnaise
- Tomate
- vorw. festk. Kartoffeln
- Gurke

Mahlzeit für eine Geschichte

Deine eigenen Pommes machen? Das geht ganz einfach! Mit unserer Anleitung gibt es im Nu knusprige Kartoffelspalten zum leckeren Schnitzel. Das Schnitzel, wie wir es kennen, kommt übrigens aus der Wiener Küche. Was glaubt Ihr, wofür das Wort Schnitzel steht und wer es das erste Mal verwendet hat? Erzählt Euch gegenseitig Eure Vermutungen und Geschichten. Dabei aber nicht das Genießen vergessen.

40 Minuten Stufe 1

Tag 1-5 kochen



HelloFresh Familienkoch Marco



MITMACH-TIPP FÜR KIDS

Wenn Ihr Eure Kinder mit ins Kochgeschehen einbinden möchtet, lasst sie euch doch beim **Panieren** helfen.



LOS GEHT'S

Wascht **Gemüse** und **Kräuter** ab.
Zum Kochen benötigt Ihr **2 große Schüsseln**, **1 Backblech** mit **Backpapier**, **1 kleine Schüssel**, **1 Gemüseribe**, **3 tiefe Teller**, **1 große Pfanne** und **Frischhaltefolie**.
Heizt den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Unterhitze. (**180 °C** Umluft) vor.



1 FÜR DIE OFENPOMMES

Kartoffeln in 1,5 cm breite Spalten schneiden. In einer großen Schüssel die **Kartoffeln** mit der **Gewürzmischung** „Kartoffelknaller“, **Olivenöl*** und etwas **Salz*** und **Pfeffer*** mischen. Gleichmäßig auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und auf der mittleren Schiene im Backofen 25 – 30 Min. backen.

★ **TIPP:** Die **Pommes** werden **knuspriger**, wenn Ihr sie während des Backens 2- bis 3-mal wendet.



4 SCHNITZEL PANIEREN

Schnitzel mit Küchenpapier trocken tupfen, zwischen zwei Bögen Frischhaltefolie legen und das **Schnitzel** ein wenig flacher klopfen.

Drei tiefe Teller vorbereiten: Auf dem 1. Teller **Mehl** verteilen. Im 2. Teller **Ei** mit **Salz*** und **Pfeffer*** verquirlen. Auf den 3. Teller **Semmelbrösel** geben. **Schnitzel** zuerst im **Mehl** wenden, dann durch das **Ei** ziehen und zuletzt rundherum mit **Semmelbröseln** panieren (diese gut andrücken).



2 FÜR DEN DIP

Mayonnaise in eine kleine Schüssel umfüllen und mit einer groben Gemüseribe die **Tomate** hineinreiben. Danach umrühren und ggf. mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



5 SCHNITZEL BRATEN

In einer großen Pfanne **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen. **Schnitzel** je Seite ca. 3 – 7 Min. darin braten, bis sie goldbraun sind.

Schnitzel, Pommes und **Gurkensalat** auf Tellern anrichten und die **Tomatenmayonnaise** dazu reichen.

★ **TIPP:** Keine Angst vor der großen Menge **Öl**, die **Semmelbrösel** saugen nicht alles davon auf, wenn das **Öl** vorher heiß genug ist.

3 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	3P	4P
vorw. festk. Kartoffeln DE	600 g	800 g
Gewürzmischung „Kartoffelknaller“	6 g	8 g
Mayonnaise 2) 4)	60 ml	80 ml
Tomate ES MA	1	2
Gurke ES NL	1	2
Schweineschnitzel	420 g	560 g
Weizenmehl 1)	50 g	50 g
Ei 2)	2	2
Semmelbrösel 1)	150 g	200 g
Olivenöl*	je 1 ½ EL	je 2 EL
Essig*	1 ½ EL	2 EL
Öl* zum Braten	100 ml	
Salz*, Pfeffer*, Zucker*	nach Geschmack	

* Gut, im Haus zu haben.
🍷 Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 600 g)
Brennwert	795 kJ/190 kcal	4.912 kJ/1.174 kcal
Fett	12 g	74 g
– davon ges. Fettsäuren	3 g	9 g
Kohlenhydrate	13 g	79 g
– davon Zucker	1 g	7 g
Eiweiß	8 g	46 g
Ballaststoffe	1 g	6 g
Salz	1 g	2 g

ALLERGENE

1) Glutenhaltiges Getreide 2) Eier 4) Senf

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland ES: Spanien MA: Marokko NL: Niederlande

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).



#HelloFreshDE
Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hlofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hlofresh.at