



Alle GEFRO-Produkte, die du zum Nachkochen benötigst, kannst du bequem im Shop bestellen.

GEFRO GmbH & Co. KG
87697 Memmingen / Allgäu
Telefon 08331 / 95 95 0
Telefax 08331 / 95 95 17
E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Überbackenes Kalbsschnitzel mit Gorgonzola und buntem Blattsalat

- 2 EL GEFRO Brat- & Frittieröl
- 25 g GEFRO Dunkle Soße Kraft & Saft
- 1 EL GEFRO Salat-Dressing Gartenkräuter
- 2 EL GEFRO Bio Olivenöl Nativ Extra
- 8 Kalbsschnitzel, à ca. 100 g
- 4 Scheiben Kochschinken
- 120 g Gorgonzola
- 2 g Strauchtomaten
- Salz
- GEFRO Gewürz-Pfeffer
- 250 g bunt gemischte Blattsalate, küchenfertig geputzt

Weitere tolle Rezepte findest du unter www.gefro.de

Überbackenes Kalbsschnitzel mit Gorgonzola und buntem Blattsalat

Rezept für 4 Personen

Zubereitung ca. 40 Minuten

Nährwerte pro Portion:

35 g Fett 5,8 g Kohlenhydrate 51,9 g Eiweiß 3,2 g Ballaststoffe 551 kcal Brennwert

1 Schnitzel vorbereiten:

Den Ofen auf 180 °C vorheizen.

8 Kalbsschnitzel leicht flach klopfen.

4 Schinkenscheiben halbieren.

120 g Gorgonzola in 8 gleich große Stücke teilen.

2 Strauchtomaten vom Strunk befreien und in jeweils 4 gleich dicke Scheiben schneiden.

2 Schnitzel anbraten & belegen:

2 EL GEFRO Brat- & Frittieröl in einer Pfanne erhitzen.

Die Kalbsschnitzel darin von jeder Seite 1 Minute kräftig anbraten, aus der Pfanne nehmen und mit Salz und GEFRO Gewürz-Pfeffer würzen.

Jedes Schnitzel mit einer Scheibe Schinken, zwei Tomatenscheiben und einem Stück Gorgonzola belegen.

Auf ein Backblech setzen und ca. 5 Min. im Ofen überbacken.

3 Soße zubereiten:

25 g GEFRO Dunkle Soße Kraft & Saft in 250 ml warmes Wasser einrühren, aufkochen und 1 Minute leicht köcheln lassen.

4 Salat marinieren:

1 EL GEFRO Salat-Dressing Gartenkräuter mit 2 EL GEFRO Bio Olivenöl Nativ Extra und 4 EL Wasser verrühren.

250 g bunte Blattsalate in eine große Schüssel geben und mit dem Dressing mischen.

4 Anrichten & Servieren:

Die überbackenen Kalbsschnitzel aus dem Ofen nehmen.

Mit der Dunklen Soße auf Tellern anrichten und zusammen mit dem marinierten Blattsalat servieren.

Tipps & Varianten

Tipp: Für besonders zarte Schnitzel das Fleisch vor dem Braten einige Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

Variante: Wer milderen Käse bevorzugt, kann den Gorgonzola durch einen cremigen Blauschimmelkäse mit weniger Intensität ersetzen.

Nicht vergessen: Die Schnitzel lassen sich gut vorbereiten - einfach belegen, kühl stellen und kurz vor dem Essen überbacken.