


Cordon Bleu

10. Januar 2010 |  Autor [Leroy](#)



Ich habe im Dezember 2009 einem guten Freund einen Mini-Kochkurs bei mir geschenkt; er darf sich drei Gerichte aussuchen, die wir dann gemeinsam kochen. Als erstes hat er sich sein Lieblingsgericht gewünscht – Cordon Bleu. Hier das Rezept dazu (er war übrigens ganz begeistert, aber vielleicht kommentiert er das selbst einmal in den nächsten Tagen).

Um die Herkunft des Cordon Bleu, des “Blauen Bandes” ranken sich einige Geschichten. Mir gefällt jene am Besten, in der sich angeblich der Chefkoch der Schiffsküche eines berühmten Passagier-Dampfschiffes ein besonderes Gericht zur Feier der schnellsten Atlantiküberquerung ausgedacht hatte (hierbei gab es das lange Jahre inoffizielle “Blaue Band” für das schnellste Schiff auf der Strecke Europa-New York zu gewinnen).

Nur falls jetzt jemand sagt: “vielleicht war das ja dann die Titanic”: Die Titanic war nicht auf der Jagd nach dieser Trophäe, als sie auf Ihrer Jungfernfahrt in der Nacht vom 14. auf den 15. April 1912 mit einem Eisberg kollidierte und sank – sie war mit 22 Knoten Höchstgeschwindigkeit hierzu nämlich der damaligen Titelträgerin, der Mauretania (vmax = 26 Knoten) selbst mit Rückenwind und Strömung klar unterlegen. Immerhin verbrannte die Mauretania unter Höchstgeschwindigkeit dafür aber auch ca. 1.000 t/ Kohle pro Tag 😊

Zutaten für 4 Personen

- 4 Kalbsschnitzel (ca. 500 g)
- 4 Scheiben Zitrone

Für die Panade:

- ca. 50 bis 80 g Mehl, Type 405, in einen Teller gesiebt
- 2 Eier (in einem zweiten Teller, mit einer Gabel “verkleppert” wie man hier so sagt und mit Pfeffer und Salz gewürzt)
- Paniermehl (selbst hergestellt aus Toastbrot: 2 Scheiben Toastbrot im Mixer zerkleinern)

Für die Füllung:

- 4 Scheiben magerer Prosciutto Cotto (Italienischer gekochter Schinken) ohne Fett
- 4 Scheiben Greyerzer (Le Gruyère)

Weitere Zutaten:

- Pflanzenöl zum Ausbacken
- Pfeffer und Salz

Für den Salat:

- 1 handelsübliche Packung Feldsalat
- Tiroler Bauchspeck in Streifen geschnitten und ausgelassen
- Croutons (selbstgemacht, siehe unten, hierzu benötigt man etwas Butter und eine Knoblauchzehe)
- 4 EL Balsamico
- 2 EL Olivenöl
- 1-2 EL Wasser (wenig, wenn der Salat nach dem Waschen nicht geschleudert wurde)
- 1 Prise Zucker
- 1 TL Dijon Senf (Ancienne, den mit den Senfkörnern)
- Pfeffer und Salz

Zubereitung

Cordon Bleu

- Die Kalbsschnitzel beim Metzger bereits mit der Schneidemaschine dünn schneiden lassen, zwischen 0,5 und 1 cm Dicke
- Ggf. zu Hause einzeln in einer Tasche aus Frischhaltefolie plattieren; hierzu ein Kalbsschnitzel auf die Folie legen, die Folie über das Schnitzel schlagen und mit dem Fleischhammer mit der platten Seite (ohne Dornen) mit leichten Schlägen auf das Format der Schinken und Gruyère-Scheiben plattieren
- Das Schnitzel aus der Folie nehmen und beidseitig mit Pfeffer und Salz würzen
- Das Schnitzel einseitig mit Schinken belegen; auf den Schinken mittig eine Scheibe Gruyère legen
- Das Schnitzel mit dem Schinken um den Gruyère herum zusammenklappen und mit Fleischnadeln oder ggf. Holz-Zahnstochern fixieren; möglichst gut verschließen, damit der Käse nicht herauslaufen kann
- Das Cordon Bleu sollte nun in etwa 1,5 bis 2,5 cm dick sein

Achten Sie beim Einkauf darauf, dass die Schnitzel in etwa so groß wie der Schinken sein sollten und der Gruyère etwa halb so groß. So kann man eine schöne Tasche herstellen, bei der der Käse von beiden Seiten zunächst von Schinken und außen vom Schnitzel umschlossen wird

Panieren

- Die fertigen Schnitzeltaschen zunächst in Teller 1 rundum in Mehl wenden
- Dann in Teller 2 rundum mit Ei benetzen
- Zum Schluss in Teller 3 mit Paniermehl vollständig umhüllen

Salat

- Den Feldsalat waschen und putzen und in einem Sieb abtropfen lassen
- Mit Balsamico, EL Olivenöl, sowie den anderen Zutaten die Vinaigrette vorbereiten
- In einer Pfanne den in Streifen geschnittenen Speck auslassen; beiseite stellen
- Pfanne mit einem Küchenkrepp reinigen
- Weißbrot zu Würfeln schneiden (vorher Rinde entfernen)
- Die Pfanne mit den halbierten Stücken der Knoblauchzehe ausreiben
- Butter in der Pfanne zum Schmelzen bringen (ca. 2 EL für ein halbes gewürfeltes Baguette)
- Die Würfel zugeben und durch schnelles Wenden mit der Butter möglichst von allen Seiten benetzen
- Leicht Salzen und Pfeffern (nach Geschmack)
- Bei mittlerer Hitze und mehrmaligem Wenden bräunen; beiseite stellen
- Nach dem Ausbacken der Cordon Bleus die Vinaigrette an den Salat geben, gut durchmischen, kurz ziehen lassen und zuletzt die Croutons und den Speck zugeben. Durchmischen und sofort servieren

Ausbacken

- Eine große Pfanne mit hohem Rand mit Pflanzenöl füllen, so dass der Boden gerade bedeckt ist
- Das Öl erhitzen (Holzlöffelprobe: legen Sie einen Holzlöffel in die Pfanne und beobachten Sie die Kontaktstelle mit dem Öl – wenn hier Bläschen aufsteigen, ist das Öl heiß genug)

Nicht zu heiß ausbacken! Wenn das Öl zu rauchen beginnt, Hitze sofort reduzieren! Vorsicht generell mit heißem Öl. Öl nimmt eine wesentlich höhere Temperatur als Wasser an, bevor es siedet/ verdampft und kann dadurch zu schweren Verbrennungen führen. Cordon Bleu daher vorsichtig in die Pfanne legen und nicht fallen lassen. Ggf. Backofenhandschuhe tragen. Vorsicht auf Gasherden, da Gefahr der Entzündung des Öls bei offener Flamme

- Cordon Bleu von beiden Seiten ca. 3 min. im heißen Öl ausbacken, bis die Kruste schön kross ist.

Kalbsschnitzel ähnlich wie bei Lachs, Lamm, Rind nicht “totbraten”. Lieber im vorgeheizten Backofen noch 5-10 min. bei 80-100° ruhen lassen, falls man es unbedingt ganz durch haben möchte

- Feldsalat und Cordon Bleu mit Zitornenscheibe auf Tellern anrichten und sofort servieren
- Dazu passt Ciabatta Brot, am besten zu Hause frisch fertig gebackenes Ciabatta