

Cordon bleu mit Spargel und Erbsen-Püree

Für zwei Personen

2 Putensteaks, à 150 g	2 Scheiben Katenschinken	2 Stangen weißer Spargel
200 g Erbsen, tiefgekühlt	50 g Mehl	100 g Paniermehl
1 mittelgroßes Ei	$\frac{1}{2}$ Zitrone	100 g Soja-Crème-fraîche
$\frac{1}{2}$ Bund Minze	1 Prise Muskat	1 Prise Zucker
3 EL Olivenöl	1 Prise Salz	1 Prise Pfeffer

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen. Den Spargel von den unteren Enden befreien und schälen. In einem Topf mit etwas gesalzenem Wasser den Spargel bissfest garen und dann abtropfen lassen. Anschließend die Putensteaks waschen und trockentupfen, mit einem Fleischklopper flachklopfen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nun jeweils eine Scheibe Katenschinken auf die beiden Putensteaks legen. Die Spargelstangen in jeweils drei Stücke zerteilen und dann auf die Schinkenscheiben geben. Die Steaks zuklappen und mit Holzspießen fixieren. Die Steaks in Mehl wenden und gut abklopfen. Das Ei verrühren und das Steak erst darin wenden, dann im Paniermehl. Anschließend das Paniermehl abklopfen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch bei mittlerer Hitze anbraten und danach warmstellen. Die Erbsen kurz in etwas gesalzenem Wasser kochen. Die Minze waschen, trocken schwenken und einige Blättchen abzupfen. Die Erbsen abgießen und die Soja-Crème-fraîche dazugeben, mit Salz, Pfeffer, Zucker, Muskat und der Hälfte der Minze würzen und pürieren. Eine halbe Zitrone auspressen. Den Rest Minze mit zwei Esslöffeln Zitronensaft marinieren und mit Salz abschmecken. Das Cordon Bleu und das Erbsenpüree auf Tellern anrichten. Das Cordon Bleu mit dem Minz-Zitronensaft garnieren und mit Pfeffer abschmecken.

Marcel Anders am 12. Mai 2014