



Poulet Cordon Bleu mit Gruyère und Rohschinken

Vor- und Zubereitungsdauer: ca. 30 min.

Zutaten für 4 Portionen:

- 4 Pouletbrüstchen (ca. 600 g), vom Metzger zum Füllen aufgeschnitten und flach geklopft
- Bratbutter oder Bratcrème
- Salz
- Pfeffer

Füllung:

- 100 g Gruyère AOP in dünne Scheiben geschnitten
- 4 dünne Tranchen Rohschinken (ca. 100 g)

Panade:

- 2 EL Mehl
- 1 Ei, verquirt
- 100 g Paniermehl, dieses kann auch mit frischen Kräutern angereichert werden

Zubereitung:

Schritt 1

Fleisch innen und aussen würzen.



Zubereitung:

Schritt 2

Füllung:

Je eine Käsescheibe mit einer Rohschinkenranche umwickeln, auf die untere Fleischhälfte legen. Rundum sollte ein 2-3 cm breiter Rand frei bleiben. Zweite Fleischhälfte darüberlegen, Ränder gut zusammendrücken und die Luft hinausdrücken.

Schritt 3

Panade:

Mehl, Ei und Paniermehl je in einen tiefen Teller geben. Das Fleisch zuerst im Mehl wenden, überflüssiges Mehl abklopfen. Dann im Ei und anschliessend im Paniermehl wenden, gut andrücken.

Schritt 4

Cordons Bleus portionenweise bei mittlerer Hitze in genügend Bratbutter beidseitig je 5-6 min. knusprig braten. Mit Zitronenspalten servieren.

Tipp

Dazu passen Pommes frites, gebackene Kartoffelspalten, Bratkartoffeln oder Teigwaren.