



## Kalbskotelett mit Maispanade an Tomatensauce

Es muss lange und gemächlich in der Pfanne brutzeln, das Kalbskotelett, dann wird es butterzart und saftig und Maisgriess statt Paniermehl als Panade macht es schön knusprig. Dazu eine einfache Tomatensauce aus Passata di pomodoro, vor allem mit Herbes de provençe gewürzt, lässt vergessen, dass es auch noch Ketchup gäbe. Voraussetzung ist ein schönes, dickes Kalbskotelett, das gut mit Fett durchzogen ist. Ein Festessen!

### Zutaten

- 1 Kalbskotelett (ca. 280g)
- 1 Ei
- Mehl
- Maisgriess fein
- Paprika süss, Salz, Pfeffer
- Bratbutter

### Sauce:

- 80g Passata di Pomodoro
- 1El Herbes de provençe
- Salz, Pfeffer

### Zubereitung

Kalbskotelett 1 Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen.

Kotelett mit Paprika, Salz und Pfeffer würzen und mit Mehl bestäuben und auf dem Fleisch verreiben.

Kotelett im verklopften Ei wenden, danach grosszügig mit Maisgriess bestäuben. Etwa 15 Minuten ruhen lassen.

Derzeit die Tomatensauce zubereiten. Passata in einem Pfännchen erhitzen, etwas Wasser dazugießen, Herbes de provence zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Sauce simmern lassen bis das Kotelett fertig ist. Eventuell noch etwas Wasser zugießen.

Bratbutter in der Bratpfanne mässig erhitzen und das Kotelett hineinlegen. Es darf nur ganz leicht brutzeln. 12 Minuten in der Pfanne liegen lassen ohne zu wenden. man sieht durch die Panade wie der Fleischsaft langsam an die Oberfläche tritt. Wenden und nochmals 12 Minuten brutzeln lassen. Die letzten 5 Minuten bei kleinster Hitze zugedeckt schmoren lassen, damit das Kotelett schön durchzieht.



*Kalbskotelett gewürzt und bemehlt*



*Kalbskotelett mit Maispanade*

