

# gebakken schnitzel



 Bereiden in: grote pan

 Voorbereiding: 10 min.

 Bereiding: 10 min.

Recept voor 4 personen

## Ingredienten

- 4 varkensschnitzels( kipfilet), 200 g elk
- 2 eieren
- 75 g bloem
- 150 g broodkruim, zelfgemaakt
- van oud brood of paneermeel
- 4 el varkensreuzel of olie en boter
- 1 citroen, in schijfjes
- 2 el krulpeterselie, grof gehakt
- zout en versgemalen peper

## Voedingswaarde

- per 200 gram schnitzel:
- Energie 355 kcal
- Vet 8.1 g
- - waarvan verzadigd 2.1 g
- Koolhydraten 12.7 g
- - waarvan suikers 0,9 g
- Vezels 1,0 g
- Eiwit 57,3 g
- Zout 3,8 g

image not found

<https://www.sameneenkoekopen.nl/imagesNew/logo-samen-een-koe-kopen.png>

Schansweg 6 - 7481 TK Haaksbergen  
+31 (0)53 436 71 12  
[info@sameneenkoekopen.nl](mailto:info@sameneenkoekopen.nl)  
[www.sameneenkoekopen.nl](http://www.sameneenkoekopen.nl)



# gebakken schnitzel

## Bereiding

- 1 Leg de schnitzels een voor een tussen 2 lagen plasticfolie en sla ze voorzichtig plat tot er een dunne schnitzel ontstaat. ( 3 tot 4 millimeter dik).
- 2 Leg de schnitzels voor het paneren en bakken eerst voor 2 minuten in een kom koud water. Het vlees neemt dan vocht op dat verdampt tijdens het bakken waardoor de korst beter zal souffleren. Haal het vlees uit het water en dep droog met keukenpapier.
- 3 Bestrooi het vlees aan beide zijden met zout en peper.
- 4 Klop de eieren los met 20 milliliter olie en zout en peper. Doe de bloem, eieren en het paneermeel in 3 aparte borden.
- 5 Haal het vlees eerst door de bloem, daarna door het ei en daarna het paneermeel. De volgorde is van belang. De bloem zorgt dat het ei beter hecht. Het ei zorgt dat het broodkruim beter plakt.
- 6 Druk de paneer aan zodat het overal goed hecht. Klop eventueel overtollige bloem en broodkruim er zorgvuldig af.
- 7 Verhit het bakmiddel op middelhoog vuur. gebruik royaal vetstof (minimaal 2 centimeter gesmolten vet of olie) en de pan moet goed heet zijn.
- 8 Leg de schnitzels voorzichtig in de pan. Bak de schnitzels in 2 tot 3 minuten per kant goudbruin, terwijl je de pan voortdurend schudt. De korst moet tijdens het bakken van het vlees loskomen, zoals bij een soufflé.
- 9 Zorg voor een voldoende grote pan, gebruik anders 2 pannen; er moet 1 centimeter ruimte tussen de stukken vlees zitten. Het vet moet meteen gaan bruisen, alsof je aan het frituren bent.
- 10 Haal de schnitzels uit de pan en laat op keukenpapier uitlekken. Leg ze op een bord of schaal. Garneren met schijfjes citroen en peterselie. En daar is tje: de perfecte schnitzel

## Kooktips

jagerschnitzel in Duitsland staat een jagerschnitzel op de kaart. Dit lijkt heel erg op een gewone (wiener), maar dan wordt hij geserveerd met een vrij zware, hartige paddenstoelensaus. Een beetje peterselie erbij voor frisheid en klaar ben je. Cotoletta alla Bolognese Nog een variatie op de gewone schnitzel is de Cotoletta alla Bolognese. Doe Coppa di Parma en Parmezaanse kaas op de schnitzel en zo is daar de cotoletta alla Bolognese. Gesmolten kaas maakt alles beter, dus dit is een lekkere variant.

## Serveren

In Oostenrijk wordt de schnitzel met lauw warme aardappelsalade geserveerd.

image not found

<https://www.sameneenkoekopen.nl/imagesNew/logo-samen-een-koe-kopen.png>

Voor meer recepten ga naar:

[www.sameneenkoekopen.nl/recepten](http://www.sameneenkoekopen.nl/recepten)