

Spaghettischnitzel auf Walnuss-Olivensauce

Zutaten für 10 Personen

1,0 kg	Spaghetti	750 ml	Wasser
50 g	Parmesankäse, gerieben	150 ml	Sahne, 30 % Fett
0,1 kg	Gemüse, in Würfel, blanchiert	0,15 kg	Käsesauce, Pulver
80 ml	Olivenöl, zum Ausfetten	0,50 g	Weizenmehl, Typ 405
100 g	Staudensellerie, frisch, in Würfel	1 Stück	Ei
50 g	Zwiebeln, frisch, rot, in Würfeln	50 g	Panierbrot, fein
30 g	Butter	100 ml	Olivenöl
50 g	Walnüsse	20 g	Basilikum, frisch, in Blättchen
0,15 kg	Oliven, grün, schwarz, entsteint, in Scheiben	1 St.	Zitronen, frisch, unbehandelt

Zubereitung

1. Die Spaghetti in Salzwasser kochen, abschütten, mit Parmesan und Gemüse vermischen, in eine eingefettete Auflaufform gießen, gut festdrücken, abdecken und kühl stellen.
2. Staudensellerie und Zwiebeln in zerlassener Butter andünsten. Walnüsse und Oliven hinzufügen, kurz mitdünsten.
3. Wasser und Sahne erhitzen (nicht kochen), Käsesauce Pulver einrühren und aufwallen lassen. 3 Minuten unter gelegentlichem Umrühren weiterkochen.
4. Walnuss-Olivenmischung in die Sauce rühren und ziehen lassen.
5. Die gepressten Spaghetti aus der Auflaufform nehmen und in kleine Scheiben schneiden.
6. In Mehl wenden, durch Vollei ziehen und panieren, dann in Olivenöl goldgelb backen.
7. Das Nudelschnitzel auf der Walnuss-Olivensauce anrichten, mit Basilikum garnieren, zum Schluss mit frisch abgeriebener Zitronenschale vollenden.

0 Spaghettischnitzel auf Walnuss-Olivensauce



Beilagenempfehlungen

- Frische Frühlingsalate der Saison
- Auf Blattspinat, Spitzkohl, oder anderen Gemüse anrichten.
- Mit Tomaten, Spinat, Kräuter oder Pilzsauces servieren.



Küchentipp

- Nudeln immer von guter Qualität kaufen
- Nudeln gibt es auch ohne Ei
- Kann am Vortag gut vorbereitet werden.
- Gute Resteverwendung von Nudeln vom Vortag



Tipp zur Gartechnik

- Das Spaghettischnitzel langsam in nicht so heißem Fett oder Butter braten (Wegen der Krustenbildung)

Nährwertschätzung pro Portion

EW: 14,9 g, Fette: 32,0 g, KH: 70,4 g, kcal: 631, kJ: 2644

Diät-Eignung

- Diabetes mellitus (unter Berechnung der BE)
- Purinarme Kost
- Vegetarische Kostformen
- Kinder und Kitas