

Grundzubereitung Geschnetztes – diese Zubereitung ist mit allen Fleischsorten bzw. -stücken möglich, die sich zum Kurzbraten/Sautieren eignen.

Zutaten für 4 Portionen:

500 g	Fleisch (z. B. Geflügelbrust, Filet, Hüfte o. ä.)	1	Schalotte
Öl		80 ml	Weißwein (Fond)
Weizendunst		ca. 500 ml	Grundsauce
			Salz, Pfeffer
			Spritzer Zitronensaft

Vorbereitung:

- **Grundsauce** herstellen (Currysauce, Velouté
- Schalotte fein würfeln.
- Fleisch schnetzeln - **Achtung! Gegen die Faser schneiden.**

Gesnnetztes ist ein „**à la minute**“ **Gericht**, deshalb werden bindegewebearme Fleischstücke dafür verwendet. Durch die Schnittform wird eine kurze Garzeit erreicht.

Zubereitung:

1. Öl in einer passenden Pfanne erhitzen.
2. Fleisch leicht mehlieren (Weizendunst) und „a point“ (rosa) sautieren (kurzbraten).
3. Fleisch entnehmen und warm stellen.

Bei zu langem Sautieren wird das Fleisch hart und zäh!

Fertigstellung:

4. Schalottenwürfel in der gleichen Pfanne anschwitzen und leicht bräunen.
5. Mit Weißwein (Fond) ablöschen, einkochen.
6. **Grundsauce** zugeben und aufkochen.
7. Fleisch und Einlage in die Sauce einschwenken.

Der Eigengeschmack wird verstärkt und der Bratensatz gelöst.



Fleisch in der Sauce nicht mehr kochen lassen!

Einlagemöglichkeiten: Kräuter, sautierte Pilze, glacierte Gemüse, gedünstete Paprikarauten

Geschnetzeltes mit Champignonrahmsauce

1. Öl erhitzen in einer passenden Pfanne erhitzen.
Fleisch leicht mehlieren (Dunst) und „a point“ (rosa) sautieren (kurzbraten).
2. Fleisch aus der Pfanne nehmen.
3. Schalottenwürfel in der gleichen Pfanne anschwitzen.
Champignonscheiben zugeben und kurz mitschwitzen.
4. Mit Weißwein (oder Fond) ablöschen, Bratensatz lösen und einkochen lassen.
5. **Velouté** (helle Grundsauce) zugeben und aufkochen.
6. Fleisch in die heiße Sauce schwenken.
Abschmecken und mit fein geschnittenem Schnittlauch verfeinern.

Geschnetzeltes mit Kräutersauce

1. Öl erhitzen in einer passenden Pfanne erhitzen.
Fleisch leicht mehlieren (Dunst) und „a point“ (rosa) sautieren (kurzbraten).
2. Fleisch aus der Pfanne nehmen.
3. Schalottenwürfel in der gleichen Pfanne anschwitzen.
4. Mit Weißwein (oder Fond) ablöschen, Bratensatz lösen und einkochen lassen.
5. **Velouté** (helle Grundsauce) zugeben und aufkochen.
6. Fleisch und fein geschnittene Kräuter in die heiße Sauce schwenken, abschmecken.

Geschnetzeltes mit Pfeffersauce

1. Öl erhitzen in einer passenden Pfanne erhitzen.
Fleisch leicht mehlieren (Dunst) und „a point“ (rosa) sautieren (kurzbraten).
2. Fleisch aus der Pfanne nehmen.
3. Fein geschnittene Schalotten- und Speckwürfel in der gleichen Pfannen anschwitzen.
Zerstoßenen Pfeffer (1 TI) kurz mitschwitzen.
4. Mit Weißwein (oder Fond) ablöschen, Bratensatz lösen und einkochen lassen.
5. **Velouté** (helle Grundsauce) zugeben und aufkochen.
6. Fleisch und Einlage (z. B. gedünstete Gemüsegewürfel) in die heiße Sauce schwenken.
Abschmecken und mit fein geschnittener Petersilie verfeinern.

Geschnetzeltes mit Paprikarahmsauce

1. Öl erhitzen in einer passenden Pfanne erhitzen.
Fleisch leicht mehlieren (Dunst) und „a point“ (rosa) sautieren (kurzbraten).
2. Fleisch aus der Pfanne nehmen.
3. Schalottenwürfel in der gleichen Pfanne anschwitzen.
Edelsüßes und scharfes Paprikapulver (je ½ TI) kurz mitschwitzen.
4. Mit Weißwein (Fond) ablöschen, Bratensatz lösen und einkochen lassen.
5. **Velouté** (helle Grundsauce) und 2-3 El stückige Dosentomaten zugeben und aufkochen.
6. Fleisch und Einlage (gedünstete Paprikawürfel) in die heiße Sauce schwenken.
Mit Cayennepfeffer abschmecken.

Grundzubereitungsart: Kurzbraten/Sautieren

Sautieren ist das Braten entsprechend vorbereiteter Lebensmittel in der Pfanne / in der Schwenk- oder Stielkasserolle. Unter dem Begriff sautieren versteht man auch das Schwenken von Gemüse in Butter oder Glace.

Anwendung:

- ✓ Fleisch: Steaks, Kotelett, Würstchen, Hacksteaks, Schnitzel, Filetgulasch, Geschnetzeltes
- ✓ Innereien: Leber, Nieren, Bries, geschnetzelte Leber
- ✓ Geflügel: Geflügelbrust, Putensteaks, Putengeschnetzeltes
- ✓ Fisch: Filets und Tranchen von Seezunge, Lachs, Steinbutt, Forelle usw.
- ✓ Gemüse: Zucchini, Auberginen
- ✓ Pilze: Champignons, Steinpilze, Austernpilze
- ✓ Kartoffeln: Bratkartoffeln, Würfel-, Nuss-, Pariser-, Schlosskartoffeln

Arbeitsablauf

mit Sauce

- Lebensmittel vorbereiten (z.B. schnetzeln)
- Pfanne oder Sauteuse
- Fett dazugeben und erhitzen
- Fleisch würzen (evtl. mehlieren) und in das heiße Fett geben, wenden und dabei allseitig bräunen
- Fleisch aus dem Bratgeschirr nehmen und warm stellen
- in das Bratgeschirr Butter geben und einige Schalottenwürfel anschwitzen
- mit Wein oder Fond ablöschen und mit der jeweiligen Sauce auffüllen
- das Fleisch wieder dazugeben und durchschwenken
- abschmecken und anrichten

ohne Sauce

- Lebensmittel vorbereiten
- Pfanne erhitzen
- Fett dazugeben und erhitzen
- Fleisch würzen (evtl. mehlieren) und in das heiße Fett legen
- Hitze je nach Dicke des Bratstücks etwas drosseln
- nach der Hälfte der Bratzeit, das Fleisch wenden und fertig braten
- Fett abschütten
- Butter dazugeben, aufschäumen und das Bratstück darin schwenken
- herausnehmen, 5-10 Minuten ruhen lassen (warmen Ort)
- anrichten

Weißer Grundsauce - Velouté

Zutaten für ca. ½ Liter Sauce:

30 g	Butter
1	Schalotte (+ Aromaten z. B. Kräuterstiele, Champignons)
30 g	Mehl
½ l	hellen Fond (Geflügel, Kalb, Gemüse, Fisch)
25 ml	Weißwein
125 ml	Sahne
Spitzer Zitronensaft, 1 Lorbeerblatt, ¼ TL Pfefferkörner, 1 Nelke, Salz, Prise Cayennepfeffer	

Zubereitung:

1. Helle Roux (Mehlschwitze) herstellen;
Butter zerlassen, Schalottenwürfel (evtl. + Aromaten) anschwitzen, Mehl mitschwitzen.

Durch die trockene Hitze wird die Stärke des Mehles zu Dextrin, der unerwünschte Mehlgeschmack geht dabei verloren.

Mit Dextrin gebundene Flüssigkeiten haben eine geringere Zähigkeit als mit Stärke gebundene.

Deshalb sind mit Roux gebundene Saucen sämiger als Saucen mit Bindung durch Mehlbutter oder angerührte Stärke.

2. Mit Fond und Weißwein auffüllen,
glattrühren.
Bis zum Aufkochen umrühren.



Das Absetzen der Stärke sollte verhindert werden, da der Saucenansatz ansonsten schnell anbrennt .

3. Gewürze zugeben.

4. Sauce ca. **20-30 Minuten** köcheln lassen.



- ✓ Die Sauce wird sämig.
- ✓ Der Mehlgeschmack „kocht aus“.
- ✓ Aromastoffe gehen in die Sauce über.

5. Sahne zugeben und weitere 5-10 Minuten köcheln lassen.

Die Sauce wird „luftiger“.

6. Anschließend passieren, abschmecken und aufmixen.



Durch das Mixen wird die Viskosität aufgebrochen (gequollenen Stärkekörner zerteilt) – die Sauce wird dadurch luftiger und cremiger.