

Grundzubereitung Geschnetzeltes – 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 g Weißwein oder heller Fond
Dunst	ca. 500 g Grundsauce
	Salz, Pfeffer
	Spritzer Zitronensaft

Vorbereitung:

Grundsauce herstellen z.B. helle Grundsauce/Velouté ...

Schalotte fein würfeln.

Fleisch schnetzeln **Achtung! Gegen die Faser schneiden.**

Gschnetzeltes 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 „à 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, gedünstete Gemüse, abgezogene 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. **Veloutè** (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. **Veloutè** (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 Tl) kurz mitschwitzen.
4. Mit Weißwein (oder Fond) ablöschen, Bratensatz lösen und einkochen lassen.
5. **Veloutè** (helle Grundsauce) zugeben und aufkochen.
6. Fleisch und Einlage (z. B. gedünstete Gemüsewürfel) 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 Tl) kurz mitschwitzen.
4. Mit Weißwein (Fond) ablöschen, Bratensatz lösen und einkochen lassen.
5. **Veloutè** (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

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 etwa ½ Liter Sauce

30 g	Butter
1-2	Schalotten (+ Aromaten z.B. Kräuterstiele, Champignons ...)
20 bis 30 g	Mehl, je nach gewünschter Konsistenz
½ l	hellen Fond (Geflügel, Kalb, Gemüse, Fisch)
25 ml	Weißwein
125 ml	Sahne
1 Lorbeerblatt, ¼ TL Pfefferkörner, 1 Nelke, Salz, Prise Cayennepfeffer, Spritzer Zitronensaft	

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 etwa **20-30 Minuten** leicht köcheln lassen.



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

5. Sahne zugeben und weitere 5 Minuten leicht köcheln lassen.

Die Sauce wird „luftiger“.

6. Anschließend passieren, abschmecken und aufmixen.



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