Cordon bleu (Hohrücken vom Kalb)

Cordon bleu (blaues Band) ist in der französischen Küchensprache eine Metapher für die hohe Kochkunst und benennt kein besonderes Gericht und auch keine Zubereitungsart. Das Cordon bleu ist vermutlich eine schweizerische Erfindung, wurde doch dieses Rezept erstmals in einem Buch aus dem Jahr 1949 vom Schweizer Gastronomie-Pionier Harry Schrämmli erwähnt.

Ein Cordon bleu kann auch aus Schweinefleisch zubereitet werden, wahre Cordon bleu-LiebhaberInnen schwören aber auf mageres Kalbfleisch vom Stotzen. Ich habe ein mehr durchzogenes Hohrückensteak genommen. Es hält zwar nicht so schön zusammen, ist aber saftiger. Üblicherweise schneiden Metzger ein Kalbssteak im Schmetterlingsschnitt auf, das Steak wird von der Schmalseite her eingeschnitten, bis es nur an einem dünnen Streifen zusammenhält, und dann aufgeklappt, mit Käse und Schinken gefüllt und wieder zugeklappt. Ich habe lediglich eine Tasche in das Hohrückensteak geschnitten, das ist zwar etwas schwieriger, aber so bleibt der geschmolzene Käse im Innern gefangen und läuft nicht aus.

Das Cordon bleu wird paniert und ganz langsam gebraten, damit die Hitze das ganze Stück durchdringt und den Käse schmelzen lässt. Angerichtet habe ich es mit einem grosszügigen Klacks selbstgemachtem Ketchup.

Zutaten

```
1    Hohrückensteak vom Kalb (min. 220g)
4    Scheiben Rohschinken
40g  reifer Käse (Sternenberger)
2    grosse, frische Salbeiblätter
     Salz unf Pfeffer

1    verquirltes Ei
1El  Mehl
```

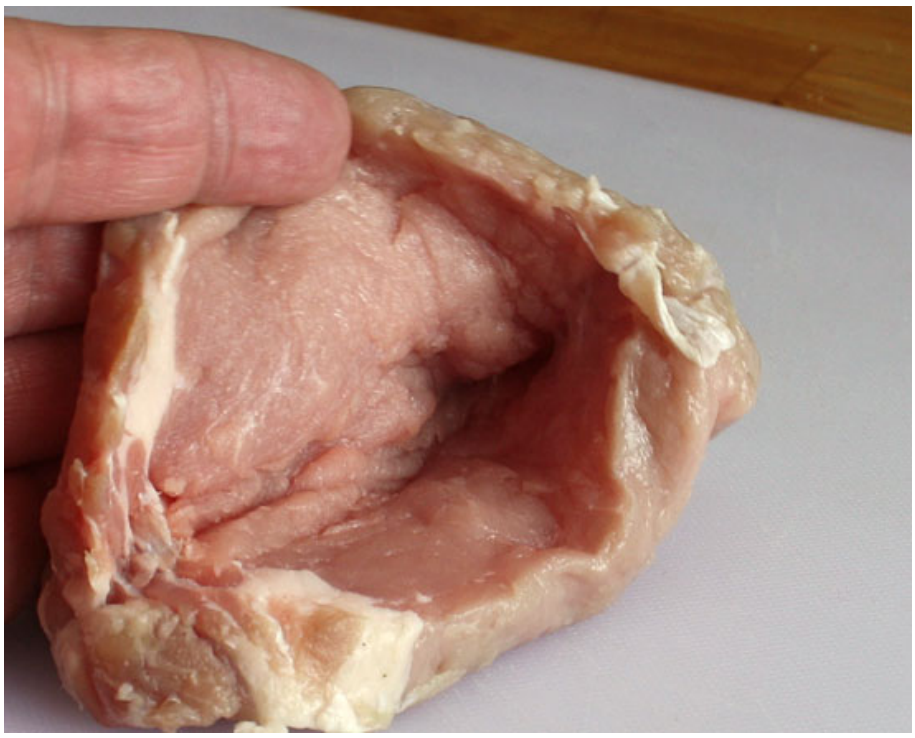
Paniermehl

Zubereitung

Mit einem scharfen Messer eine Tasche einschneiden. DieTasche mit Rohschinken auskleiden, die Enden der Rohschinkenscheiben müssen aus der Öffnung herausragen.

Käsescheiben in die Öffung legen und mit den Salbeiblattern belegen. Rohschinken einklappen, so dass er die Füllung überlappt. Die Tasche mit einem Zahnstocher verschliessen.

Cordon bleu salzen und pfeffern, mit Mehl bestäuben und dieses mit den Fingen einstreichen. Cordon bleu zuerst im Ei, dann im Paniermehl wenden und bei kleiner Hitze 20 Minuten braten, dabei das Cordon bleu 3-4 mal wenden.



Cordon bleu füllen...

... und panieren

Das Cordon bleu brutzelt gemütlich in der Eisenpfanne (Black Star, Kuhn Rikon)

Cordon bleu angeschnitten...

... und gegessen