

Fleischkäse-Cordon-bleu

Vor- und zubereiten: ca. 30 Min.

Ergibt 12 Stück

**24 grosse dünne Tranchen
Fleischkäse**

6 Mini Babybel, horizontal
halbiert

3 Esslöffel Mehl

2 Eier

150 g Paniermehl

Bratbutter zum Braten

1. Ofen auf 60 Grad vorheizen, Platte und Teller vorwärmen. Fleischkäse-Päckli formen (siehe kleines Bild).

2. Mehl in einen flachen Teller geben. Eier in einem tiefen Teller verklopfen, Paniermehl in einen flachen Teller geben. Cordons bleus im Mehl wenden, überschüssiges Mehl abschütteln, im Ei, dann im Paniermehl wenden, Panade gut andrücken.

3. Bratbutter in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Hitze reduzieren, Cordons bleus portionenweise mit dem Verschluss nach unten in die Bratpfanne legen, bei mittlerer Hitze beidseitig je ca. 5 Min. braten. Herausnehmen, auf Haushaltspapier abtropfen.

► **Tipp:** Die Cordons bleus können ca. 20 Min. im vorgeheizten, leicht geöffneten Ofen warm gehalten werden.

Pro Stück: 13 g Fett, 9 g Eiweiss,
11 g Kohlenhydrate, 806 kJ (193 kcal)



► Cordon bleu mal anders!



Sicher verpackt: Zwei Tranchen Fleischkäse überlappend nebeneinander legen, je eine Käsehälfte in die Mitte legen. Fleischkäse bis zur Mitte einschlagen, dann die seitlichen Ränder darüberlegen.