

# Milanesa mit Broccoliauflauf

• Huft  
• 4 Personen  
• 45 Min.

## Zutaten

8 Rindshuft-Steaks, 5 mm dick geschnitten  
2 Eier  
1 Knoblauchzehen  
2 Esslöffel fein gehackte glatte Petersilie  
1 Teelöffel getrockneter Oregano  
150gr Paniermehl Tipp: altes Brot und ein paar Crisini-Stengel reiben und mixen  
1 Zitrone  
Pfeffer, Salz  
½ dl Öl  
50 g Butter

## Zubereitung

Das Ei in einer kleinen Schüssel geben, Knoblauch hineinpressen, Petersilie, Oregano dazu, salzen und pfeffern. Steaks in eine flache Schale legen, danach das verquirlte Ei darüber giessen. Die Steaks darin wenden und etwa 15 Minuten in der Marinade ziehen lassen.

Dann das Paniermehl gleichmässig auf einem grossen flachen Teller verteilen. Die Steaks nacheinander darin einzeln und gleichmässig panieren. Eine grosse, weite Pfanne mit viel Öl und Butter erhitzen. Die Milanesas zwei Minuten lang in der schäumenden Butter anbraten, umdrehen und noch eine Minute weiter braten. Auf einem Teller mit Küchenpapier entfetten und im Backofen bei ca. 50 Grad warm halten, bis die anderen fertig sind. Zum Anrichten Zitronenscheibe auf jedes Milanesa legen.

## Zutaten Broccoliauflauf

4 Broccolistrunks  
2 Zwiebeln  
1 Körbli Pilze  
1 Bouillonwürfel  
4 Eier  
2 Esslöffel Olivenöl  
½ L Halbrahm  
20gr Mandelflocken  
200gr geriebener Käse  
Salz und Pfeffer

## Zubereitung

Zwiebel und Pilze in Öl andünsten. Wasser mit Gemüsebouillon aufkochen, Broccoli dazugeben und ca. 5 Minuten blanchieren. Abgiessen, Broccoli in Backform füllen und Zwiebel-Pilzmix darüber verteilen. Backofen auf 180° C Grad vorheizen. Eigelb und Eiweiss trennen. Eigelb, Olivenöl (Jamiestyle), Salz und Pfeffer verquirlen, danach Eiweiss steif schlagen und unter die Eigelbmischung ziehen. Fertiger Guss über Broccoli giessen, geriebener Käse und Mandelflocken verteilen und ab in den Ofen für ca. 30 Minuten.

GAUCHO Delux GmbH, Tel 044 201 11 70, info@gaucho.ch, www.gaucho.ch

