



## Schnitzel Holstein

Leibgericht des Berliner Diplomaten  
Friedrich von Holstein (1837–1909)

Vor- und zubereiten: ca. 20 Min.

### 8 Kalbsplätzli

(z. B. Eckstück, je ca. 70 g)

Bratbutter zum Braten

½ Teelöffel Salz

wenig Pfeffer

wenig Butter zum Braten

4 frische Eier

Salz, Pfeffer, nach Bedarf

8 Sardellenfilets,

kalt abgespült, abgetropft

2 Esslöffel Kapern,

kalt abgespült, abgetropft

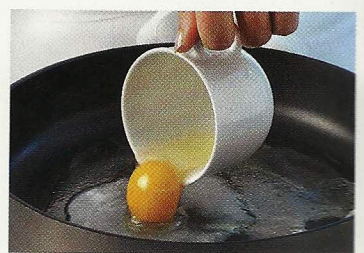
1. Fleisch ca. 30 Min. vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen. Ofen auf 60 Grad vorheizen, Platte und Teller vorwärmen.

2. Bratbutter in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Plätzli portionenweise beidseitig je ca. 1 Min. braten, würzen, warm stellen.

3. Hitze reduzieren, Bratfett auftupfen. Wenig Butter warm werden lassen. Eier braten (siehe «Gewusst wie»), je ein Ei auf zwei Plätzli anrichten würzen. Je 2 Sardellenfilets kreuzweise auf das Eigelb legen, mit Kapern garnieren.

**Dazu passen:** Bratkartoffeln.

**Pro Person:** 11 g Fett, 40 g Eiweiss,  
0 g Kohlenhydrate, 1093 kJ (262 kcal)



**Gewusst wie:** Die Eier einzeln in eine Tasse aufschlagen, dann erst sorgfältig in die Pfanne gleiten lassen. So kann, falls beim Aufschlagen ein Dotter beschädigt werden sollte, das Ei noch anderweitig verwendet werden.