



## Schweinemedallions im Chia-Parmesan-Mandelkleid mit Gemüse-Kartoffelpflanzerl

### Zutaten für 4 Personen

8 Schweinemedallions (à ca. 60 g)

#### Panademischung

2 gehäufte EL Chia-Samen  
1 gehäufte EL fein geriebener Parmesan  
1 EL fein geriebene Mandel  
1 EL Semmelbrösel  
2 Msp. Chiliflocken

#### Panade

2 Eier  
2 EL Mehl

3 EL Olivenöl

#### Pflanzerl

250 g Kartoffel-Kloßteig  
1 EL Chia-Samen  
150 g kleine Würfel von Karotten, Sellerie, Zwiebel  
2 EL gehackte Blattpetersilie  
1 EL Olivenöl  
Salz, Pfeffer  
Muskat

- Schweinemedallions leicht plattieren oder mit dem Handballen andrücken, mit Salz und Pfeffer würzen. Alle Zutaten der Panademischung miteinander vermengen, Eier verquirlen.
- Die Medallions in Mehl wenden, durch das verquirlte Ei ziehen, in der Panademischung beidseitig wenden. Gemüse Mischung in heißem Öl gut angehen lassen, fast auskühlen lassen und zusammen mit der Petersilie unter die Kartoffelmasse mengen, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und daraus Pflanzerl formen.
- Pfanne erhitzen, Öl zugeben und darin beidseitig die Medallions anbraten, herausnehmen und auf dem Backblech bei 120° C auf den Punkt durchziehen lassen. Restliches Öl in die Pfanne geben, die Pflanzerl ebenfalls goldgelb ausbraten, zusammen mit den Medallions und Pflanzerl auf Tellern anrichten, auf Wunsch mit Thymian ausgarnieren und Feldsalat natur angemacht dazu reichen.

**Zubereitungszeit ca. 35 Minuten**