



Dauer: Schnell

.....

Kategorie: Hauptspeisen

.....

Saison: Ganzjährig

.....

Für: 4 Personen

.....

Verfasst von: Martina Höfelmaier

.....

Zutaten

Saltimbocca

.....

4 STUECK Kalbsschnitzel

.....

4
SCHEIBEN Schinkenspeck

.....

4-8
BLÄTTER Salbei

.....

100 ML Weißwein

.....

50 G Butter

.....

Öl oder Butterschmalz zum Anbraten

Salz

frisch gemahlener Pfeffer

Bandnudeln mit Pesto

400 G Bandnudeln

70 G Parmesan oder gut gereifter Hartkäse

1-2 Knoblauchzehen

70 G
Nüsse (z.B. Mandeln, Haselnüsse, Sonnenblumenkerne)

1 Bio-Zitrone

CA. 120 ML
Olivenöl (oder anderes Öl z.B. Sonnenblumenöl)

Buntes Sommergemüse

2 rote Zwiebeln

3 Knoblauchzehen

2 Zucchini

1 große Aubergine

1 rote oder gelbe Paprika

Rosmarin

Thymian

Salz

Pfeffer

.....
1 SCHUSS dunkler Balsamico
.....

Olivenöl
.....

Zubereitung

1. Kalbsschnitzel möglichst dünn klopfen oder schon fertig beim Metzger kaufen.
 2. Mit Salz und Pfeffer würzen.
 3. Schnitzel mit dem Speck und dem Salbei umwickeln und bei Bedarf mit einem Zahnstocher fixieren.
 4. Bei mittlerer Hitze pro Seite ca. 2 Minuten in einer Pfanne anbraten.
 5. Fleisch aus der Pfanne und warm stellen.
 6. Bratenrückstand mit Weißwein ablöschen und einköcheln lassen.
 7. Die Hitze reduzieren und kalte Butterwürfel einrühren.
 8. Vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Schnitzel mit der Soße beträufeln.
 9. Zum Anrichten werden die Bandnudeln kurz in der Pfanne geschwenkt und mit Pesto vermengt.
 10. Dann auf 4 Tellern anrichten.
 11. Gemüse und Saltimbocca ebenfalls auf den Tellern anrichten, mit Sauce beträufeln und nach Belieben mit frischen Kräutern garnieren.
1. Käse, Kräuter, Knoblauch, Zitronenabrieb und Nüsse in einem Mixer zerkleinern, mit Zitronensaft und Olivenöl zu einer cremigen Paste verrühren.
 2. In der Zwischenzeit die Bandnudeln nach Packungsanleitung bissfest kochen, dann abschrecken.
1. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfelig schneiden.
 2. Zucchini, Aubergine, Paprika waschen und das Gemüse in ca. 2x2 cm große Würfel schneiden.
 3. Rosmarin und Thymian hacken.
 4. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und Zwiebel und Knoblauch zugeben und glasig dünsten.

5. Dann die restlichen Gemüsegewürfel hinzugeben und bei starker Hitze rösten, bis das Gemüse leicht geröstet ist.
6. Mit den Kräutern, Salz und Pfeffer, sowie einem Schuss (ca. 1 EL) dunklem Balsamico abschmecken.

Isst-Gut-Rezept, Bratl-Tag

Der Name Saltimbocca kommt von „Saltare in Bocca“, was „in den Mund springen“ bedeutet. Gemeint ist, dass dieses Gericht so verlockend ist, dass es einem direkt in den Mund springt!