

BELLA POLETTO

Die echte italienische Küche – in unserer Serie zeigt Sterneköchin Cornelia Poletto, wie die leckersten Rezepte aus Bella Italia garantiert gelingen. Zum Sammeln und Genießen!



FOLGE 65 Scallopine

(kleine Kalbsschnitzel) mit Salsa Pizzaiola und Mozzarella





Cornelia Poletto schneidet den Schnittlauch in Röllchen



Die Schnitzel werden mit einer Küchenpinzette gewendet

Scalopine (kleine Kalbsschnitzel) mit Salsa Pizzaiola und Mozzarella

Schwierigkeitsgrad: einfach
Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

Zutaten (für 4 Portionen):

400 g Strauchtomaten, 1/2 Bund feiner Schnittlauch, ca. 1 dünne Stange Staudensellerie, 4 dünne Kalbsschnitzel (à ca. 120 g), 6 EL Olivenöl, Meersalz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle, 1–2 EL Limetten- oder Zitronensaft, 1 Prise Zucker, 150 g Büffelmozzarella, 40 g Kapernfrüchte (Glas), Limettenspalten zum Servieren.

- Tomaten waschen, die Stielansätze keilförmig herausschneiden. Tomaten kurz in kochendes Wasser geben, mit einer Schaumkelle herausheben, in kaltem Wasser abschrecken und jeweils die Haut mit einem spitzen Gemüsemesser abziehen. Tomaten vierteln, entkernen. Das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden, in eine Schüssel geben.
- Schnittlauch in sehr feine Röllchen schneiden. Staudensellerie waschen und putzen, dabei die Blättchen zum Garnieren beiseitelegen. Die Staudenselleriestange auf einem Rohkosthobel in hauchdünne Scheiben schneiden.
- Kalbsschnitzel jeweils halbieren oder dritteln. Trocken tupfen und in 2 EL heißem Olivenöl in einer Edelstahlpfanne von jeder Seite 1–2 Minuten bei starker Hitze braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Schnitzelstücke herausnehmen und nebeneinander auf die vorgewärmten Teller geben.
- Den Bratensatz in der Pfanne mit Limetten- oder Zitronensaft ablöschen, zu den Tomatenwürfeln geben. Restliche 4 EL Öl, Schnittlauch und Selleriescheiben untermischen, mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Diese Tomaten-Mischung (Salsa Pizzaiola) auf den Kalbsschnitzelchen verteilen.
- Abgetropften Mozzarella in kleine Stücke zupfen oder würfeln. Mit den Kapernfrüchten auf der Salsa verteilen, mit Selleriegrün und den Limettenspalten garnieren. Dazu Ciabatta servieren.

Pro Portion:

ca. 470 kcal, 34 g Eiweiß, 30 g Fett, 9 g Kohlenhydrate

- * Haben Sie ein Rezept aus unserer Serie mit Cornelia Poletto (www.cornelia-poletto.de) verpasst? Unter www.fuer-sie.de können Sie alle bisher erschienenen Folgen herunterladen.



Polettos Wein-Tipp

Hierzu empfiehlt Dirk Pauleweit, Sommelier im „Poletto“, einen Weißwein aus Rheinhessen: „Der 2008 Westhofener Riesling trocken vom Weingut Wittmann ist vielschichtig mit kraftvoller Mineralität, saftiger Frucht von Pfirsich und Quitten und Noten von Honig und Kräutern.“ 16,50 Euro, über E-Mail: fam@poletto.de, Tel. 0 40/4 80 21 59.