Saltimbocca alla romana

Original-Rezept für Saltimbocca: Kalbsschnitzel mit mediterranem Gemüse

Leicht | 4 Portionen | 45 min.



Der Name dieser italienischen Spezialität kommt aus dem römischen Dialekt: Der Ausspruch „Salt' in bocca!" oder auf Deutsch übersetzt „Spring in den Mund!" beschreibt hier dünne, belegte Kalbsschnitzel – und steht sinnbildlich für ein Gefühl, das jeden befällt, der die feinen Fleischstücke in der Pfanne schwitzen sieht.

Zutaten

600 g Kalbsschnitzel

8 Scheiben Parmaschinken

2 Zucchini

1 Dose ORO di Parma Kirschtomaten ungeschält (400 g)

1 Bund Rosmarin

1 Bund Salbei

1 Zitrone

2 Knoblauchzehen

100 ml Weißwein (alternativ auch die gleiche Menge Gemüsefond)

Olivenöl zum Anbraten

Butter zum Anbraten

Meersalz

Schwarzer Pfeffer

Schritt 1: Die Vorbereitung

Zu Beginn schneidest du den Knoblauch in feine Stücke. Viertle dann die Zucchini der Länge nach und schneide sie schräg in schmale Streifen. Als Nächstes bereitest du die Kräuter vor: Schneide die Nadeln der Rosmarinzweige klein, wasche den Salbei und zupfe seine Blätter ab. In unserem Küchengeheimnis lernst du mehr über Salbei und weitere Kräuter der italienischen Küche.

Schritt 2: Die Saltimbocca rollen

Die Kalbsschnitzel für die Saltimbocca sollten dünn geschnitten sein – am besten nicht stärker als einen halben Zentimeter. Wenn du das Fleisch selbst flach klopfen möchtest, gibst du die Fleischstücke in einen Gefrierbeutel oder zwischen zwei Lagen Frischhaltefolie. Klopfe sie dann mit einem stabilen Stielkochtopf oder einem Plätteisen flach. Würze die Kalbsschnitzel mit Salz und Pfeffer und belege diese mit etwa drei Vierteln der Salbeiblätter. Anschließend rollst oder faltest du die Fleischstücke zusammen und umwickelst sie jeweils fest mit zwei Scheiben Parmaschinken. Fixiere die Saltimbocca bei Bedarf mit einem Zahnstocher.

Schritt 3: Die Saltimbocca anbraten

Nun kannst du die Fleischröllchen anbraten. Das Kalbfleisch ist sehr zart und verträgt weder große Hitze noch eine zu lange Garzeit – brate die Saltimbocca daher nur 2–3 Minuten mit etwas Butter an. Das Fett sollte so heiß sein, dass das Fleisch leicht brutzelt. Wenn sie von beiden Seiten leicht gebräunt sind, nimmst du sie aus der Pfanne und hältst sie im Ofen bei etwa 60 °C warm.

Schritt 4: Das mediterrane Gemüse

Für das Gemüse nutzt du dieselbe Pfanne, in der du die Schnitzel angebraten hast. Gib etwas Olivenöl hinein und schwitze kurz den Knoblauch an. Gib dann den Rosmarin sowie die Zucchini hinzu und röste alles nochmal für einige Minuten an. Wenn die Zucchini leicht gebräunt sind, löschst du sie mit Weißwein oder Gemüsebrühe ab – so lösen sich die Röstaromen im Bratenfond zu einer feinen Sauce. Lass die Sauce kurz reduzieren und gib anschließend den kompletten Inhalt einer Dose ORO di Parma Kirschtomaten hinzu. Zum Schluss schmeckst du das Gemüse mit Meersalz und

schwarzem Pfeffer ab.

Schritt 5: Das Finale

Nimm die Saltimbocca alla romana aus dem Ofen und beträufle das Fleisch mit etwas Zitronensaft. Lege die Kalbfleischröllchen dann auf flache Teller und serviere das Gemüse in kleinen Schälchen. Garnieren kannst zum Schluss mit den übrig geblieben Salbeiblättern. Buon appetito!

Verwendete Produkte:



Diese und weitere leckere Rezeptideen findest du auf:
www.orodiparma.de/italienische-rezepte