


Braten - Carpaccio mit Kapern - Kräuter - Vinaigrette



Meine Wahl.

 Gesamtzeit: 45 min

 Aktivzeit: 45 min

 Einfach



Zutaten

für 4 Personen

250 g gekochtes Fleisch vom Schweizer Kalb, siehe Tipp

600 g kleine Kartoffeln

2 EL HOLL-Rapsöl
Salz

50 g Gewürzgurken

0.5 Bund Schnittlauch

0.5 Bund Peterli

25 g Kapern

1 EL Senf

0.5 dl Essigsud von den Gewürzgurken

3 EL kaltgepresstes Sonnenblumenöl
schwarzer Pfeffer aus der Mühle

3 hartgekochte Eier

40 g Kresse

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

378 kcal

22 g Eiweiss

25 g Kohlenhydrate

20 g Fett

 Glutenfrei

 Laktosefrei

 Low Carb

Zubereitung

- 1** Kartoffeln halbieren oder vierteln, salzen und in einer Bratpfanne in Rapsöl zuerst 20 Minuten zugedeckt, dann 15 Minuten ohne Deckel auf mittlerer Stufe braten.
- 2** Gewürzgurken hacken oder sehr klein würfeln. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Peterli und Kapern hacken.
- 3** Senf, Essigsud und Öl verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Gewürzgurken, Kräuter und Kapern untermischen.



Meine Wahl.

4 Eier schälen und in Schnitze schneiden.

5 Das Fleisch in feine Tranchen schneiden und auf einer Platte oder Tellern anrichten. Die Vinaigrette darüber verteilen. Braten-Carpaccio mit den Kartoffeln servieren.

Tipp

Das Fleisch in feine Tranchen schneiden und auf einer Platte oder Tellern anrichten. Die Vinaigrette darüber verteilen. Braten-Carpaccio mit den Kartoffeln servieren.