

Saltimbocca vom Schweinsnierstück mit cremiger Mascarpone-Polenta



Meine Wahl.



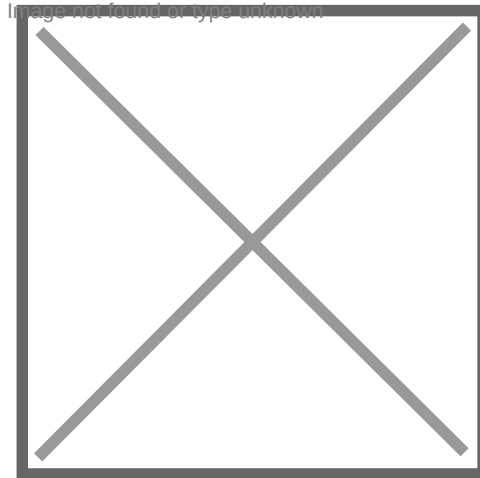
Gesamtzeit: 40 min



Aktivzeit: 30 min



Mittel



Zutaten

für 2 Personen

Saltimbocca

- 400 g** Nierstück vom Schweizer Schwein
- 4 Scheiben** Schweizer Rohschinken
- 6-8 Blätter** Salbei
- 10 g** Mehl (zum Bestäuben)
- 80 ml** Weisswein
- 100 ml** Fleischfond
- 1** kleine Schalotte
- 40 g** Butter

Mascarpone-Polenta

- 140 g** Bramata-Polenta
- 450 ml** Milch
- 250 ml** Wasser
- 60 g** Butter
- 40 g** Mascarpone
- 5 g** Zitronenabrieb
- 1 TL** frischer Thymian

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

- 1270** kcal
- 64 g** Eiweiss
- 72 g** Kohlenhydrate
- 77 g** Fett



enthält Gluten



enthält Laktose

Tipp

Den Salbei mit einem Zahnstocher am Fleisch fixieren, damit beim Braten alles zusammenhält. Die Schinkenseite zuerst anbraten – so wird sie schön knusprig.

Zubereitung

- 1 Nierstücke leicht flachdrücken und mit Salz und Pfeffer würzen.
- 2 Mit Rohschinken und Salbei belegen und leicht mehlieren.
- 3 In heisser Pfanne mit Öl anbraten – Schinkenseite zuerst.
- 4 2–3 Minuten pro Seite braten und ruhen lassen.
- 5 Schalotte in derselben Pfanne anschwitzen.
- 6 Mit Weisswein ablöschen und reduzieren.
- 7 Fond zugeben, kurz einkochen und mit Butter montieren.
- 8 Milch und Wasser für die Polenta aufkochen.
- 9 Bramata unter Rühren einrieseln und 20–25 Min köcheln.
- 10 Butter, Mascarpone, Zitronenabrieb und Thymian unterziehen und abschmecken.