Kalbsplätzli mit Tonnatosauce

Schweizer Fleisch
Meine Wahl.

Gesamtzeit: 35 min
Aktivzeit: 35 min
Einfach



Zutaten

für 4 Personen

12	dünne Schnitzel vom Schweizer Kalb (à ca. 50 g)
2	Eigelb
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
2 dl	Sonnenblumenöl
2 Dosen	Thunfisch (à ca. 155 g)
2 EL	Magerquark
1 EL	Zitronensaft
2 EL	Kapern
	Petersilienblättchen
	Zitrone nach Belieben

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

770	kcal
58 g	Eiweiss
2 g	Kohlenhydrate
59 g	Fett

Glutenfrei
enthält Laktose

Freiwilliger ökologischer Leistungsnachweis: ?.

Der Grossteil der Schweizer Bauern erfüllt den ÖLN (Ökologischer Leistungsnachweis). Er regelt unter anderem den Einsatz von Dünger und Pflanzenschutzmitteln sowie den Boden- und den Gewässerschutz.

Zubereitung

1. Eigelb mit Salz und Pfeffer in einen hohen Rührbecher geben. Mit den Quirlen des Handmixers verrühren und das Sonnenblumenöl in einem feinen Strahl langsam zugeben, dabei kräftig rühren. Es entsteht eine Mayonnaise.

2. Thunfisch abtropfen lassen, zugeben und fein pürieren. Magerquark unterrühren, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Kühl stellen.

3 Kalbsschnitzel mit Salz und Pfeffer würzen und in einer heissen Grillpfanne mit etwas Olivenöl von beiden Seiten 2 Minuten braten. Peterliplättchen in restlichem Öl für 20 Sekunden braten, abtropfen lassen. Kalbsschnitzel auf Tellern mit der Thunfischsauce anrichten und mit Zitrone, Kapern und Peterersilie nach Belieben servieren