

Schweins-Involtini mit Kräuterfüllung



Der feine Unterschied.

 Gesamtzeit: 1 h 5 min

 Aktivzeit: 45 min

 Mittel



Zutaten

für 4 Personen

- 8 kleine Plätzli vom Schweizer Schwein à ca. 60 g
- 2 Zwiebeln
- 150 g Butter
- Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 1 Bund glatte Peterli
- 1 Bund Thymian
- 1 Bund Majoran
- 2 Zweige Rosmarin
- 2 Bund Frühlingszwiebeln
- 500 g Champignons
- 1 l Gemüsebouillon
- 2 Eigelbe
- Saft einer halben Zitrone

Nährwerte

1 Portion (ohne Reis und Salat) enthält ca.:

- 573 kcal
- 36 g Eiweiss
- 11 g Kohlenhydrate
- 42 g Fett

 Glutenfrei

 Laktosefrei

 Low Carb

Zarter Genuss

Für noch edlere Involtini können auch Kalbsplätzli verwendet werden.

Zubereitung

- 1 Plätzli flach klopfen. Zwiebeln schälen und fein würfeln. 1/5 der Butter erhitzen und Zwiebeln darin bei milder Hitze glasig dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Peterli, 1/2 Bund Thymian, Majoran fein hacken und zu den Zwiebeln geben. Kurz erhitzen und zur Seite stellen.
- 2 Fleisch innen leicht salzen und pfeffern. Die Zwiebel-Kräuter-Mischung gleichmässig in der Mitte der einzelnen Plätzli verteilen und diese vorsichtig zusammenrollen. Mit je einem Spiesschen fixieren.

- 3 Frühlingszwiebeln putzen und längs halbieren. Champignons je nach Grösse halbieren oder vierteln. Beides mit den Kräutern in die Bouillon geben und zum Kochen bringen. Hitze reduzieren, sodass die Bouillon kurz unter dem Siedepunkt gehalten wird. Schweinsplätzli zugeben und darin geschlossen 20 Minuten pochieren.
- 4 In der Zwischenzeit für die Sauce Hollandaise restliche Butter schmelzen. Eigelbe in eine kleine Metallschüssel geben. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. 3 EL Pochiersud zugeben, die Schüssel über den heissen Pochiertopf halten und alles mit dem Schneebesen schaumig aufschlagen. Flüssige Butter tröpfchenweise unterrühren.
- 5 Fleisch aus dem Sud nehmen, mit Frühlingszwiebeln und Champignons auf Tellern anrichten und mit der Sauce Hollandaise servieren.

Dazu passen Reis und grüner Salat.