

Sattimbocca vom Kalb mit Kräuterrisotto und geschmorten Cherrytomaten



Der feine Unterschied.

 Gesamtzeit: 40 min

 Aktivzeit: 40 min

 Einfach



Zutaten

für 4 Personen

- 4 Schnitzel vom Schweizer Kalb (à ca. 140 g)
- 4 Tranchen Rohschinken vom Schweizer Schwein
- 4 Blätter Salbei
- 1 Zwiebel
- 6 EL Olivenöl
- 200 g Risottoreis (z.B. Vialone)
- 6 dl Gemüsebouillon
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- Zitronensaft
- 1 Bund Kerbel, grob gehackt
- 1 Bund Basilikum, grob gehackt
- 1 Bund Schnittlauch, grob gehackt
- 2 EL Butter
- 400 g Cherrytomaten
- 80 g Sbrinz, fein gehobelt

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

- 630 kcal
- 45 g Eiweiss
- 44 g Kohlenhydrate
- 30 g Fett

 Glutenfrei

 Laktosefrei

Rohes Kalbfleisch sollte rosa bis rötlich sein.

Das ist ein Zeichen für artgerechte Fütterung. In der Schweiz erhalten Kälber neben Milch ab der zweiten Woche auch Gras und Heu – deshalb die dunklere Farbe.

Zubereitung

- 1 Kalbsschnitzel mit Rohschinken und Salbei belegen und mit einem Zahnstocher fixieren.
- 2 Zwiebel schälen, fein würfeln und in einem Drittel des Öls andünsten. Risottoreis zugeben und unter Rühren glasig dünsten. Mit einem Drittel der Bouillon ablöschen und bei kleiner Hitze quellen lassen. Von Zeit zu Zeit rühren und mit der restlichen Bouillon auffüllen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen, Kräuter und Butter unterheben.



Der feine Unterschied.

- 3 Restliches Öl in einer Pfanne erhitzen und die Kalbsschnitzel darin von jeder Seite ca. 2 Minuten braten. Mit wenig Salz und Pfeffer würzen und warm stellen. Tomaten im Bratfett 2–3 Minuten schmoren und mit Saltimbocca-Schnitzel, Risotto und Sbrinz servieren.