Saltimbocca vom Kalb mit Kräuterrisotto und geschmorten Cherrytomaten

Schweizer Fleisch
Meine Wahl.

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.

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.