

Kochen

Jens Jakob

Mittwoch, 10.06.2020

Gefülltes Kalbsschnitzel mit Brunnenkresse zu Risotto

Für 4 Personen

Für Schnitzel und Salat

- 4 getrocknete Tomaten, in Öl
- 150 g Brunnenkresse
- etwas Salz
- etwas Pfeffer
- 4 Schnitzel vom Kalb
(z. B. aus der Oberschale; à ca. 175 g, oder vom Schwein)
- 4 TL Tapenade (französische Olivenpaste; aus dem Glas)
- 4 EL Olivenöl
- 5 EL Mehl, ca.
- 2 EL Butter
- 100 ml Weißwein
- 2 EL Zitronensaft
- 1 TL Senf
- 1 TL flüssiger Honig
- 4 EL mildes Oliven- oder Mandelöl

Für das Risotto

- ca. 800 ml Gemüse- oder Geflügelfond (z. B. aus dem Glas)
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Schalotten
- 2 EL Olivenöl
- 250 g Risottoreis (z. B. Carnaroli oder Arborio)
- 125 ml Weißwein, trocken
- 3 EL Butter
- 4 EL Parmesan, gerieben



Außerdem

eventuell einige kleine Holzspieße

Zubereitung:

1. Für das Schnitzel Tomatenhälften abtropfen lassen, 2 EL Öl dabei auffangen. Brunnenkresse verlesen, abbrausen, trocken schütteln, etwa eine Handvoll Brunnenkresse hacken, mit Tomatenöl, etwas Salz und Pfeffer mischen.
2. Das Fleisch trocken tupfen, sacht gleichmäßig plattieren und mit etwas Pfeffer und Salz würzen. Schnitzel auf einer Arbeitsfläche ausbreiten, mit Tapenade bestreichen.
3. Die Tomaten und Brunnenkresse darauf verteilen, dabei rundherum einen Rand frei lassen. Die Schnitzelstücke zur Hälfte überklappen, Rand rundum sorgfältig andrücken. Schnitzel nach Belieben mit kleinen Holzspießen zustecken.
4. Währenddessen für das Risotto den Fond/Brühe erhitzen. Knoblauch und Schalotten abziehen und fein würfeln. Öl in einem Topf erhitzen. Knoblauch und Schalottenwürfel darin glasig dünsten.
5. Den Reis einstreuen und unter Rühren ebenfalls glasig werden lassen. Den Wein angießen, unter Rühren einkochen lassen.
6. Dann jeweils nach und nach so viel von der heißen Brühe angießen, dass der Reis stets knapp mit Flüssigkeit bedeckt gart. Das Risotto unter gelegentlichem Rühren etwa 20–25 Minuten mit noch leichtem Biss garen.

7. Für die Schnitzel Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Die Schnitzel in Mehl wenden
(leicht mehlieren), überschüssiges Mehl sacht abklopfen.
8. Schnitzel im heißen Öl auf beiden Seiten goldbraun braten. In den letzten Minuten der Bratzeit die Butter zugeben, aufschäumen lassen. Dann mit Wein ablöschen, einköcheln lassen und die Schnitzel damit beschöpfen.
9. Zitronensaft, Senf, Honig, Salz, Pfeffer und restliches Oliven- bzw. Mandelöl verquirlen. Die übrige Brunnenkresse damit marinieren.
10. Kurz vor dem Servieren die Butter und Parmesan unter das fertig gegarte Risotto rühren. Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken.
11. Schnitzel, Risotto und Brunnenkresse auf Tellern anrichten und servieren.