



Kalbs Involtini

Schritte: 8

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Zutaten

4 Portionen

4	dünne Kalbsschnitzel	1 Hdv.	Salbei
1	Zwiebel	30 g	Pinienkerne
2 EL	Olivenöl	150 g	Parmesan
10 S.	Pancetta	250 g	Polenta (Maisgrieß)
700 ml	Brühe	300 ml	Sahne
1 Hdv.	Petersilie		Salz, Pfeffer

Zubereitung

1. Aus Salbei, gerösteten Pinienkernen, Olivenöl, die Hälfte der Petersilie und 100 g Parmesan ein Pesto herstellen.
2. Kalbsschnitzel dünn plattieren und mit Pfeffer und Salz würzen.
3. Salbei und Pancetta darauf legen und etwas von dem Pesto darauf streichen.
4. Zusammen rollen und mit Metzgergarn festbinden (Involtini).
5. Zwiebelwürfel in etwas Olivenöl anschwitzen, dann den Maisgrieß dazu geben und kurz anschwitzen.
6. Mit der Brühe ablöschen und leicht köcheln lassen bis es gar ist.
Bei Bedarf etwas Brühe nachgießen.
7. Sahne dazu geben und umrühren. Involtini in der Pfanne mit etwas Olivenöl rund herum anbraten.
8. Mit der Polenta auf einem Teller anrichten. Mit etwas Petersilie garnieren.

Kalbsfleisch

Kalbfleisch ist zart, hat einen hohen Eiweißgehalt und nur einen relativ geringen Fettanteil. Aufgrund der zarten Faserstruktur ist Kalbfleisch auch für Schonkost geeignet.