

65 – Vitello tonnato

Hintergrund zum Rezept

Klassisches italienisches Gericht, das sich sehr gut als Vorspeise eignet. Schon öfter gekocht und immer gelungen! Deshalb habe ich es auch in meine Rezeptsammlung aufgenommen. Quelle: Chefkoch

Zutaten für 6 Personen

- 1 kg Kalbsfleisch (aus der Nuss)
- 1 Bund Suppengrün mit Lauch, Möhren, Knollensellerie
- 1 Zwiebel
- Ggf. etwas Petersilie
- 3-4 EL Olivenöl
- 0,25 l Kalbsfonds
- Salz und Pfeffer aus der Mühle

Für die Sauce

- 150 g Thunfisch aus der Dose
- 2 Sardellenfilets in grobe Teile geschnitten
- 2 Eigelbe
- 30 g Kapern +5 g für die Deko
- 2 EL Weinessig
- 1 EL Zitronensaft
- Ggf. einige Zitronenscheiben
- 125 ml Olivenöl
- Salz und Pfeffer aus der Mühle



Zubereitung

Die Kalbsnuss von Haut und Sehnen befreien, salzen und pfeffern. Das Gemüse putzen und in grobe Stücke schneiden. Den Backofen auf 180° vorheizen. Das Fleisch kurz im Bräter von allen Seiten in Olivenöl anbraten, bis die alle Seiten leicht gebräunt sind.

Fleisch herausnehmen und das Gemüse und die Fleischabschnitte ebenfalls kurz in Olivenöl anbraten. Mit Kalbsfonds ablöschen und die Kalbsnuss auf das Gemüse legen. Bei 180° C 1 ½ Stunden mit geschlossenem Deckel braten und dabei immer wieder mit Kalbsfonds und Bratensaft übergießen. Zum Schluss das Fleisch aus dem Ofen nehmen, in Alufolie einwickeln und erkalten lassen. Den Bratenfonds auf ca. 3-4 EL einkochen und abkühlen lassen. Die groben Teile und das Gemüse heraussieben, denn der Bratenfonds wird später für die Sauce verwendet.

Den Thunfisch gut abtropfen lassen und zusammen mit den Sardellen und den Eigelben in den Mixer geben. Die Kapern im Sieb vom Salz abwaschen. Einige für die spätere Deko beiseitelegen. Die gut abgetrockneten Kapern zusammen mit dem Essig und dem Zitronensaft in dem Mixer geben und fein pürieren. Den kalten Bratenfonds unterrühren. Das Olivenöl in einem dünnen Strahl einlaufen lassen und untermixen. Mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken.

Das Kalbfleisch in dünne, etwa 3-4 mm dicke Scheiben schneiden. Das Fleisch auf den Tellern oder einer Anrichteplatte verteilen und mit der Thunfischsauce übergießen. Die zurückgelegten Kapern und ggf. Zitronenscheiben als Deko obenauf legen.