

EDEKA  
**KOCHSCHULE**



LECKER MIT LUTHER

# VITELLO TONNATO

mit Rucola und gehobeltem Parmesan



Dirk Luther



LEICHT



ZUBEREITUNGSZEIT ca. 90 MIN.



4 PORTIONEN

# Vitello tonnato

mit Rucola und gehobeltem Parmesan

## ZUTATEN

### KALBFLEISCH

700 g Kalbsbraten  
45 g Butter  
0,75 l Weißwein  
1 frisches Lorbeerblatt  
10 weiße Pfefferkörner  
2 Pimentkörner  
2 Nelken  
1 Stange Staudensellerie  
1 Möhre  
1 Zwiebel  
Salz und Pfeffer aus der Mühle

### DEKORATION (NACH BELIEBEN)

Rucolasalat, frisch gehobelter Parmesan,  
getrocknete Kirschtomaten, kleine Oliven,  
Bohnensalat mit roten Zwiebeln

### THUNFISCHSAUCE

160 g Thunfisch in Olivenöl  
2 Sardellenfilets  
2 Eigelb  
2 EL kleine Kapern und etwas  
Kapernsaft  
100 ml Traubenkernöl  
150 ml Olivenöl  
etwas heller Kalbsfond  
Salz und Pfeffer aus der Mühle

## VITELLO TONNATO

Vitello Tonnato ist ein italienischer Vorspeisen-Klassiker aus dem Piemont. Es handelt sich um dünn



geschnittenes, mit Weißwein und Gemüse gekochtes Kalbfleisch, das kalt mit einer cremigen Sauce aus Thunfisch, Kapern und Sardellen serviert wird. Etwa seit Anfang 1900 wird es so zubereitet, wie wir es heute kennen.



**KALBFLEISCH** Sellerie, Möhre und Zwiebel putzen und in Würfel schneiden.

Das Kalbfleisch salzen, pfeffern und in einem passenden Topf in Butter leicht anbraten. Mit dem Weißwein und etwas Wasser auffüllen. Das Gemüse und die Gewürze hinzufügen und das Ganze je nach Dicke des Fleisches 35 bis 45 Minuten bei 135 °C garen. Das Fleisch im Fond auskühlen lassen.

**THUNFISCHSAUCE** Thunfisch mit Sardellen, Eigelb, Kapern und dem Kapernsaft glatt mixen. Dann Traubenkernöl und Olivenöl tropfenweise einrühren, eventuell mit etwas Kalbsfond verdünnen. Zum Schluss salzen und pfeffern.

**ANRICHTEN** Das Fleisch dünn aufschneiden und auf die Teller legen, die Sauce daneben geben und mit den restlichen Zutaten dekorativ garnieren.

## ★ PROFITIPP

Sie können Tomaten selber trocknen. Schneiden Sie die Tomaten in zwei Hälften und entfernen Sie den Saft und die Kerne mit einem kleinen Löffel. Legen Sie die bearbeiteten Tomatenhälften mit der Schnittfläche auf ein sauberes Tuch, um die restliche Feuchtigkeit aufzusaugen.

Im Backofen werden die Tomaten auf einem mit Backpapier versehenen Gitter mit der Schnittfläche nach oben ausgelegt und mit Meersalz bestreut. Bei etwa 50 bis 100 °C (Ober- und Unterhitze) kann nun in etwa 8 bis 16 Stunden die Trocknung erfolgen. Dauer und Temperatur sind abhängig von der Größe der Tomaten.

Die Tomaten sind fertig, sobald sie sich wie Gummi biegen lassen. Auf Fingerdruck sollte keine Flüssigkeit mehr austreten.

**NATUR PUR**  
Landfrische Gourmetqualität

**Kalbsbraten**

