

Kalbsschnitzel nach Pizzaiolo Art

Sachbezeichnung



Ausbeute
4 Portion(en)



Zeitplanung
Zubereitung: 30–35 Minuten



Nährwerte (100 g oder 100 ml)
Energie: 605 kJ/145 kcal;
Fett: 8.9 g, davon ges. Fettsäuren 2 g;
Kohlenhydrate: 3.3 g, davon Zucker 1.4 g
Eiweiss: 11.7 g; Salz 1.9 g

Rezept

Zutaten (1'368 g)

480 g	Kalbsschnitzel
500 g	Cherrytomaten
100 g	Oliven, schwarz, entsteint
10 g	Oregano, frisch
80 g	Kapern
100 g	Weisswein
80 g	Olivenöl
16 g	Speisesalz
2 g	Pfeffer, schwarz

Herstellung

1

Zubereitung

Den Backofen auf 80°C vorheizen und eine Platte sowie 4 Teller mitwärmen.

8 Kalbsschnitzel an je 60 g bereitlegen. Die Kalbsschnitzel beidseitig mit etwa 10 g Speisesalz und etwas Pfeffer würzen. In einer Bratpfanne die Hälfte des Olivenöls kräftig erhitzen. Die Schnitzel bei grosser Hitze beidseitig kurz anbraten. Auf die vorgewärmte Platte geben und im heissen Ofen 20 Minuten nachgaren lassen.

Inzwischen die Cherrytomaten je nach Grösse halbieren oder vierteln. Mit dem restlichen Salz und etwas Pfeffer würzen. Die Oliven vierteln und einige Blättchen Oregano für die Garnitur beiseitelegen. Den restlichen Oregano hacken. Die Kapern in ein Sieb geben und warm spülen.

In einer mittleren Pfanne die zweite Hälfte des Olivenöls erhitzen. Die Cherrytomaten und den gehackten Oregano beifügen und 3–4 Minuten bei mittlerer Hitze mehr braten als dünsten. Den Weisswein dazugliessen und die Oliven sowie die Kapern beifügen. Die Pizzaiolo-Sauce noch 2 Minuten lebhaft kochen lassen. Mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken.

2

Anrichten

Die Kalbsschnitzel auf den vorgewärmten Tellern anrichten, die Sauce über die Kalbsschnitzel geben und sofort servieren. Dazu passen feine Nudeln, kleine Brat-Kartoffeln und Baguettebrot.