



hr1-DOLCE VITA

Cornelia Poletto

Vitello tonnato mit Limette & Staudensellerie

für 4 Personen, Zubereitungszeit 45 Minuten, Kühlzeit etwa 6 Stunden

ZUTATEN:

Für das Vitello:

ca. 400 g Kalbsoberschale oder -rücken
(vom Metzger pariert)
Meersalz
Pfeffer aus der Mühle
je 1 Zweig Rosmarin und Thymian
1 Knoblauchzehe
Olivenöl zum Braten
Küchengarn

Für die Thunfischsoße:

60 g weißer Thunfisch in Olivenöl
1 Sardellenfilet
1 Ei
125 ml Rapsöl
½ TL kleine Kapern in Meersalz
Limettensaft zum Abschmecken
Salz
Pfeffer aus der Mühle

Zum Anrichten:

2 Bio-Limetten
2 Stangen Staudensellerie
Salz
Pfeffer aus der Mühle
1 TL Olivenöl
2 TL kleine Kapern in Meersalz
Olivenöl zum Backen
Friséesalatspitzen
1 EL feine Schnittlauch
Pink Salt Flakes

ZUBEREITUNG

Den Backofen auf 120 °C vorheizen. Das Kalbfleisch unter kaltem Wasser abspülen und trocken tupfen, mit dem Küchengarn wie einen Rollbraten binden, salzen und pfeffern. Mit den Kräuterzweigen und dem angedrückten Knoblauch in heißem Olivenöl von allen Seiten gleichmäßig anbraten. Dann im heißen Ofen ca. 30 Minuten garen (Kerntemperatur 56 °C). Da-nach komplett auskühlen lassen.

Für die Thunfischsoße den Thunfisch abtropfen lassen und das Sardellenfilet klein schneiden. Das Ei in einen Rührbecher geben und mit dem Stabmixer cremig aufschlagen. Dann das Rapsöl nach und nach in dünnem Strahl unterschlagen. Den abgetropften Thunfisch, die Kapern und das Sardellenfilet vorsichtig in die Mayonnaise mixen. Mit etwas Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken, durch ein feines Sieb streichen und in eine Spritzflasche abfüllen (siehe Tipp auf Seite 2). Bis zum Anrichten kalt stellen.



hr1-DOLCE VITA

Die Limette heiß abwaschen und trocken reiben, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Die Selleriestangen waschen, schälen und die Fäden dabei abziehen. Die Stangen in feine Würfel schneiden und mit Salz, Pfeffer, Limettenabrieb und -saft sowie

Olivenöl abschmecken. Die restliche Limette schälen und filetieren. Die Kapern kalt abrausen, gut abtropfen lassen und in heißem Olivenöl knusprig ausbacken. Danach auf Küchenpapier entfetten. Das Kalbfleisch, am besten mit einer Aufschnittmaschine, in dünne Scheiben schneiden. Etwas Thunfischsoße gitterartig auf die Teller spritzen, die Fleischscheiben locker darauf verteilen und mit der restlichen Thunfischsoße, Selleriewürfeln, Limettenfilets, gebackenen Kapern, Friséesalatspitzen und Schnittlauch fertigstellen. Zum Schluss mit den Pink Salt Flakes und Pfeffer würzen.

Vergessen Sie die in Mayonnaise ertränkten Fleischscheiben, die hierzulande gern als Vitello tonnato angeboten werden. Bei diesem Klassiker geht es um perfekt zubereitete Einzelkomponenten, die zusammen eine leichte und frische Vorspeise ergeben.

Tipp:

Füllt man die Thunfischsoße in kleine Spritzflaschen, kann man das Fleisch wunderbar damit garnieren. So wird das Vitello tonnato etwas leichter und ertrinkt nicht in der Flüssigkeit.

Rezept aus dem Buch:

Cornelia Poletto

Echt Poletto – Geheimnisse meiner Küche

Verlag Gräfe und Unzer

ISBN 978-33833874055