

Kalb-Geschnetzeltes auf italienische Art mit Basmati

Für zwei Personen

Für das Geschnetzelte:

300 g Kalbsschnitzel	100 g rote, krause Tomaten	100 g grüne, krause Tomaten
½ Dose Artischockenherzen	150 g Staudensellerie	½ Knoblauchzehe
½ Zitrone	25 g Kalamata-Oliven	50 ml trockener Weißwein
100 ml Rinderfond	2 Stiele Salbei	1,5 Stiele Basilikum
2 EL Olivenöl	grobes Meersalz	Pfeffer

Für den Reis:

200 g Basmatireis	Salz
-------------------	------

Für das Geschnetzelte:

Die Tomaten waschen, trockentupfen und vierteln. Sellerie putzen, vom Strunk befreien und in schräge Scheiben schneiden. Oliven abtropfen lassen. Artischocken abtropfen lassen und halbieren. Salbeiblätter abzupfen. Zitrone waschen, trockentupfen und mit einem Sparschäler einen Streifen der Zitronenschale abschälen. Den Streifen in kleine Würfel schneiden. Knoblauch abziehen und in dünne Scheiben schneiden. Schnitzel in 4-5 cm lange Streifen schneiden. Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Fleisch darin portionsweise unter Wenden 3-4 Minuten kräftig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Herausnehmen.

Sellerie, Artischocken, Knoblauch, Salbei und Zitronenstücke im heißen Bratenfett anbraten. Mit Wein und Fond ablöschen. Aufkochen lassen.

Oliven und Tomaten dazugeben und bei schwacher Hitze ca. 5 Minuten köcheln lassen. Im Anschluss das Fleisch untermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Basilikum abbrausen, trockenwedeln, Blättchen von den Stielen streifen und zum Geschnetzelten dazugeben.

Für den Reis:

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Reis darin nach Packungsanleitung gar kochen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Ulrike Röwekamp am 15. Juli 2021