

Kräuter-Schnitzel mit Polenta

Für 4 Personen

3 Schalotten	4 EL kalte Butter	1 Bund Rucola
2 Zweige Thymian	1 Zweig Rosmarin	8 Kalbsschnitzel
Salz	Pfeffer	100 ml Weißwein
200 ml Fleischbrühe	1 EL Balsamico	1 TL scharfer Senf
3 EL Olivenöl		

Für die Polenta:

1 Schalotte	1 EL Butter	500 ml Gemüsebrühe
160 g Maisgrieß	50 g Parmesan	Salz
Pfeffer		

Außerdem:

Zahnstocher

Schalotten schälen, in hauchdünne Scheiben schneiden.

In einer Pfanne 1 EL Butter erhitzen und die Schalotten darin anschwitzen.

Rucola, Thymian und Rosmarin abspülen, trocken schütteln.

Die Kräuter und 3 Blätter Rucola fein schneiden und unter die angeschwitzten Schalotten mischen.

Die Schnitzel zwischen einem Gefrierbeutel hauchdünn plattieren. Mit Salz und Pfeffer würzen und die Kräuterschalotten auf den Schnitzeln verteilen. Die Schnitzel fest aufrollen und nach Belieben mit Zahnstochern oder Küchengarn fixieren.

In einer Pfanne 2 EL Butter erhitzen. Die Röllchen darin zunächst auf der Naht anbraten, dann rundherum bei mittlerer Hitze insgesamt ca. 10 Minuten braten.

Für die Polenta Schalotte schälen und fein schneiden.

In einem Topf die Butter erhitzen, Schalotte darin anschwitzen. Mit Brühe auffüllen und aufkochen.

Unter stetigem Rühren langsam den Maisgrieß einrieseln lassen und bei geringer Hitze Polenta quellen lassen (Quellzeit ist abhängig von der Grießsorte, dazu Packungsangabe beachten).

Parmesan fein reiben und unter die gequollene Polenta mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Involtini aus der Pfanne nehmen, auf einen Teller oder in eine Auflaufform geben und im heißen Backofen bei 60 Grad warm halten.

Den Bratensatz in der Pfanne mit Weißwein ablöschen. Die Fleischbrühe dazu gießen und alles um die Hälfte einkochen lassen. Die restliche Butter in kleinen Flocken unterrühren und die Sauce damit binden.

Aus Balsamico, Senf und Olivenöl eine Vinaigrette mischen, diese mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rest Rucola mit der Vinaigrette marinieren.

Involtini mit der Sauce beträufelt servieren, dazu den Rucolasalat und Polenta servieren.

Sören Anders am 21. Juni 2022