

Antipasti misti

Für das Vitello tonnato:

700 g Kalbfleisch	Salz	1 Bund Suppengemüse
1 Zwiebel	1 Lorbeerblatt	3 Nelken
1 TL Pfefferkörner	700 ml trockener Weißwein	1 Dose Thunfisch (160 g)
1 Glas Kapern (100 g)	75 g Mayonnaise	25 g Naturjoghurt
2 EL natives Olivenöl extra	100 ml Garsud vom Kalbfleisch	1 Spritzer Zitronensaft
1 Handvoll Rucola		

Für die gebratenen Pilze:

250 g braune Champignons	1 weiße Zwiebel	1 Knoblauchzehe
3 EL einfaches Olivenöl	50 ml trockener Weißwein	$\frac{1}{4}$ Zitrone
1 Prise Salz	1 Prise Pfeffer	1 Handvoll Petersilienblätter

Für den Salat:

200 g kleine Garnelen	3 Stangen Staudensellerie	3 EL natives Olivenöl extra
1 Spritzer Zitronensaft	1 Prise Salz	1 Prise Pfeffer

Vorbereitungen am Vortag:

Am Vortag für das Vitello tonnato das Fleisch mit Küchenpapier abtupfen, dann rundherum salzen. Das Suppengemüse je nach Sorte mit der Zwiebel schälen oder waschen und in Stücke schneiden.

Gemüse schneiden:

Für die gebratenen Pilze die Champignons putzen, bei Bedarf mit Küchenpapier trocken abreiben und in Viertel schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden.

Fleisch über Nacht ziehen lassen:

Das Fleisch mit dem vorbereiteten Gemüse sowie den Lorbeerblättern, Nelken und Pfefferkörnern in eine gerade ausreichend große Schüssel geben, mit dem Wein begießen und mit Frischhaltefolie abgedeckt im Kühlschrank über Nacht ziehen lassen.

Fleisch garen:

Am nächsten Tag das Fleisch mit der Marinade in einen Topf umfüllen. So viel Wasser angießen, dass das Fleisch bedeckt ist. 1 TL Salz dazugeben, den Topfinhalt aufkochen und das Fleisch bei niedriger bis mittlerer Hitze etwa 1 Stunde weich garen.

Garsud abkühlen lassen:

Den Topf vom Herd ziehen und das Fleisch im Garsud 1 Stunde abkühlen lassen, dann herausnehmen und vollständig auskühlen lassen. Den Garsud beiseitestellen.

Vitello tonnato Sauce zubereiten:

In dieser Zeit für die Sauce Thunfisch und Kapern abtropfen lassen.

Den Thunfisch mit 1 EL Kapern, Salatcreme, Naturjoghurt und Olivenöl in einem hohen Rührbecher mit dem Stabmixer fein pürieren, dabei etwa 50-100 ml Garsud hinzufügen, bis die Sauce dickflüssig ist. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Beiseitestellen.

Champignons braten:

Für die gebratenen Champignons 2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Champignonviertel darin bei mittlerer bis starker Hitze 2-3 Minuten anbraten, dabei die Pilze in der Pfanne immer wieder schwenken.

Knoblauch und Zwiebel dazugeben:

Die Pilze auf einer Pfannenseite zusammenschieben, das restliche Olivenöl auf die freie Stelle

geben und die Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin bei mittlerer Hitze glasig anschwitzen, dann mit den Champignons vermischen.

Ablöschen:

Nach Belieben mit dem Weißwein ablöschen, dann mit einigen Spritzern Zitronensaft beträufeln. Die Champignons mit Salz und Pfeffer würzen, noch einmal durchschwenken und zum Abkühlen in eine Schüssel umfüllen.

Petersilie dazugeben:

In dieser Zeit die Petersilie waschen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Petersilie unter die abgekühlten Pilze mischen und nach Belieben noch einmal mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Garnelen-Salat zubereiten:

Für den Garnelen-Sellerie-Salat die Garnelen in einem Sieb abbrausen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Den Staudensellerie waschen und in kleine Würfel schneiden. Garnelen und Sellerie in einer Schüssel mit dem Olivenöl marinieren und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Anrichten:

Für das Vitello tonnato das Kalbfleisch am besten mit der Aufschnittmaschine in dünne Scheiben schneiden. Den Rucola waschen, trocken schleudern und nach Belieben in Stückchen zupfen. Die Thunfischsauce, die gebratenen Pilze und den Garnelen Sellerie-Salat noch einmal gut durchmischen und bei Bedarf noch einmal nachschmecken.

Die Kalbfleischscheiben in der Mitte einer Servierplatte luftig anrichten, mit der Thunfischsauce begießen und mit den restlichen Kapern sowie etwas Rucola toppen. Gebratene Champignons und Garnelen-Sellerie-Salat links und rechts daneben aufhäufen.

Nach Belieben kann die Antipasti-Platte zusätzlich durch getrocknete Tomaten in Öl, Salami, luftgetrockneten Schinken und Caprese (Tomate mit Mozzarella) ergänzt werden.

Frank Rosin am 26. August 2021