

Involtini alla Siciliana / Kalbs-Rouladen mit Fenchel-Erbesen-Sugo, Grill-Gemüse und Süßkartoffel-Croûtons

 happy-mahlzeit.com/2021/07/25/involtini-alla-siciliana-kalbs-rouladen-mit-fenchel-erbsen-sugo-grill-gemuese-und-suesskartoffel-croutons

Zutaten für 2 Personen

Für die Involtini:

- 2 Kalbsfilet à 200 g
- 2 Scheiben Kochschinken
- 1 Zwiebel
- 2 Eier
- 100 ml Gemüsefond
- 100 g Butter
- Olivenöl zum Anbraten

Für den Sugo:

- 500 ml passierte Tomaten
- 1 Bund Fenchelgrün
- 100 g Erbsen
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zwiebel
- 100 ml Gemüsefond
- 50 ml Weißwein
- 50 ml Rotwein
- 1 Prise Zucker
- Olivenöl

Für das Gemüse:

- 100 g Kirschtomaten
- 1 Zucchini
- 1 Aubergine
- 1 rote Zwiebel
- Olivenöl zum Anbraten

Für die Croûtons:

- 1 Süßkartoffel
- 100 ml neutrales Pflanzenöl

Für die Garnitur:

- 1 Bund Basilikum
- 100 g Parmesan
- 1 Tomate

Zubereitung:

Für die Involtini die Eier ca. 10 Minuten hart kochen. Die Zwiebel abziehen und in feine Ringe schneiden. Das Kalbsfilet im Schmetterlingsschnitt flachklopfen und mit Schinken, gekochtem Ei und einigen Zwiebeln füllen. Das Fleisch stramm zusammenrollen und mit einem Zahnstocher fixieren. In einer Pfanne mit wenig Olivenöl scharf ca. 5 Minuten rundum anbraten.

Für die Sugo die Zwiebel abziehen, feinhacken und in einer Pfanne mit Olivenöl glasig dünsten. Knoblauch abziehen, Fenchelgrün abrausen, trockenwedeln, beides fein hacken und in die Pfanne geben. Nach ca. 5 Minuten die passierten Tomaten, Rotwein, Weißwein und Fond angießen, köcheln lassen und mit Zucker abschmecken.

Die Erbsen in einem Topf mit Wasser kochen lassen, herausnehmen und in einer weiteren Pfanne mit wenig Öl anbraten. Dann die Erbsen mit der Tomaten-Sauce vermengen und ca. 20 Minuten reduzieren lassen.

Für die Croûtons die Süßkartoffel schälen, in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit heißem Öl goldbraun frittieren.

Für das Gemüse Tomaten, Zucchini und Aubergine waschen und trocknen. Zwiebeln abziehen und fein hacken. Tomaten, Zucchini und Aubergine in feine Scheiben hobeln und in einer heißen Grillpfanne mit wenig Öl kräftig anbraten.

Die Involtini mit dem Fenchel-Erbsen-Sugo, Grill-Gemüse und den Süßkartoffel-Croûtons auf Tellern anrichten.

Rezept: Mattia Giannone

Quelle: Die Küchenschlacht vom 19. Juli 2016

Episode: ChampionsWeek / Gewickelt & gerollt