

Kalbsschnitzel in Tomatensauce

2006-11-01 20:04:03



Wer sagt denn, dass Kalbsschnitzel immer nur mit Salbei und Parmaschinken schmecken?
für 2 Personen:

- 4 sehr dünn geschnittene Kalbsschnitzel (insgesamt ca. 300 g)
- 1 Büchse (400 ml) gute, stückige Tomaten
- 1 Knoblauchzehe
- 1/2 Glas trockener Rotwein
- 1 großer EL Bio-Tomatenmark
- 1 EL Olivenöl
- 1 EL Butter
- Salz und frisch gemahlener Pfeffer
- etwas Mehl
- frischer Oregano

1| Kalbsschnitzel falls nötig zwischen Frischhaltefolie vorsichtig flach klopfen, in wenig Mehl wenden und in einer großen Pfanne kurz von beiden Seiten in Olivenöl anbraten, bis sie leicht gebräunt sind. Herausnehmen und auf Alufolie legen. Zurückhaltend Salzen, Pfeffern und in der Folie warm stellen.

2| Butter zum Bratensatz in die Pfanne geben und den in sehr feine Scheiben geschnittenen oder gehobelten Knoblauch darin kurz anbraten. Tomatenmark dazugeben bevor der Knoblauch braun wird. Kurz anrösten und mit einem großen Schluck Rotwein ablöschen. Die Tomaten zugeben wenn sich der Bratensatz gelöst hat und der Wein etwas eingekocht ist. Bei schwacher Hitze mindestens 5 Minuten köcheln. Mit Salz und Pfeffer und frischem Oregano abschmecken. Das Fleisch (samt Bratenflüssigkeit) aus der Folie wieder zugeben und ca. 5 Minuten sanft erhitzen.

Die Kalbsschnitzel als Beilage zu selbst gemachten Gnocchi (siehe Grundrezept) oder einfach mit italienischem Brot servieren.

Tipps:

Die Kalbsschnitzel sollten in sehr dünne Scheiben von max. 3 Millimetern Dicke geschnitten sein. Sind diese so nicht erhältlich, kann man auch Fleisch am Stück kaufen und zu Hause auf einem Alleschneider oder mit einem sehr scharfen Messer schneiden (geht gut, wenn man das Fleisch vorher kurz ins Gefrierfach legt).

Tomatenmark aus der Büchse oder Tube zeichnet sich häufig durch einen typischen „Büchsegeschmack“ aus und ist meist nicht sonderlich aromatisch. Besser finde ich hier die Bio-Produkte im Glas, die inzwischen in jedem Supermarkt erhältlich sind.