

Involtini mit Walnuss-Füllung



1. Kalbsschnitzel mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Mit Pancetta belegen. Walnüsse hacken. Schnitzel mit einem Drittel der Walnüsse, alle Tomaten und einigen Thymianzweigen belegen, Parmesan darüber streuen, aufrollen und mit Holzspießchen fest stecken.

2. Sellerie in fingerlange dünne Streifen schneiden. Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Die gerollten Kalbsschnitzel ringsum anbraten. Mit Weißwein ablöschen. Sellerie in die Pfanne geben und kurz anschmoren. Kalbsfond angießen, Oliven und übrige Thymianzweige zugeben. Zugedeckt 8-10 Minuten garen. Bratenfond bei starker Hitze offen einkochen.

3. Restliche Walnüsse fettlos rösten. Thymianzweige aus dem Fond entfernen und den Fond mit Salz und Pfeffer abschmecken. Alles zusammen mit Walnüssen bestreut anrichten.

Tipp: Dazu Baguette, Ciabatta oder Spaghetti reichen.

Nährwertangaben pro Portion:

Energie: 428 kcal/1792 kJ

Eiweiß: 36,5 g

Fett: 28,7 g

Kohlenhydrate: 6 g

Zutaten für 4 Personen:

8 dünne Kalbsschnitzel (je ca. 50 g)

Salz, Pfeffer

50 g Pancetta, dünn geschnitten (ersatzweise Frühstücksspeck)

50 g kalifornische Walnüsse

8 getrocknete Tomaten (ohne Öl)

1/2 Bund Thymian

30 g frisch geriebener Parmesan

Holzspießchen

1/2 Bund Staudensellerie

2 EL Olivenöl

125 ml Weißwein

200 ml Kalbsfond (aus dem Glas)

8 schwarze Oliven