



Vitello tonnato



 für 4 Personen

 easy

 ca. 30 Min.

Zutaten

Fleisch

7.5 dl **fettfreie Fleischbouillon**
2 dl **Weisswein**

700 g **Kalbfleisch** (z.B. runder Mocken / Schlüsselriemen)

Thon-Sauce

2 **frische Eigelbe**
1 TL **Senf**
0.5 TL **Salz**
wenig **Pfeffer** aus der Mühle

1.5 dl **Olivenöl**, nicht kaltgepresst

1 Dose **Thon im Salzwasser** (ca. 200g),
abgetropft, fein zerzupft
3 **Sardellenfilets**, kalt abgespült
beiseite gestellter Sud
Salz, Pfeffer, nach Bedarf

2 EL **Kapern**, abgetropft
1 **Schalotte**, in feinen Ringen

Zubereitung

Fleisch

1. Bouillon und Wein in einer hohen Pfanne aufkochen.
2. Fleisch begeben, Hitze reduzieren, ca. 1 Std. ziehen lassen.
3. Fleisch im Sud abkühlen, in ca.3mm dicke Tranchen schneiden, auf Platte auslegen.
4. Drei Esslöffel Sud beiseite stellen.

Thon-Sauce

1. Eigelbe mit Senf, Salz und Pfeffer in einer Schüssel gut verrühren.
2. Öl tropfenweise unter Rühren mit den Schwingbesen des Handrührgerätes begeben, bis eine Mayonnaise entsteht. Rest nach und nach darunter rühren.
3. Thon und Sardellenfilets mit dem Sud fein pürieren, unter die Mayonnaise mischen, Sauce würzen, über das Fleisch giessen, zugedeckt ca. 1 Std. kühl stellen.
4. Vor dem Servieren Kapern und Schalotten darauf verteilen.

Service

Weintipp:

Weissweine: Soave Classico DOC 2000, Verdicchio di Matelica DOC 1998; Rotweine: I Progni Valpolicella Classico DOC 1999, Phigai Montello e Colli Asolani DOC 1997.

Nährwert pro Person:

52 g Fett
45 g Eiweiss
1 g Kohlenhydrate
2707 kJ (646 kcal)