

Rezept

Involtini mit Tomatengemüse

Ein Rezept von Involtini mit Tomatengemüse, am 10.06.2026

Zutaten

300 g Minutenschnitzel vom Schwein	Salz
Zitronenpfeffer	2 Scheiben magerer roher Schinken
2 EL Olivenöl	2 kleine Zwiebeln
8 Salbeiblätter	1 Dose stückige Tomaten (ca. 400 g)
2 Ciabatta-Brötchen (je ca. 65 g)	Holzspießchen

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Person | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 475 kcal

Zubereitung

1. Das Fleisch flach klopfen, mit Salz und Zitronenpfeffer würzen. Schinken in Streifen schneiden, auf die Schnitzel legen, diese aufrollen und mit Holzspießen feststecken.

2. Das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, die Röllchen darin rundherum scharf anbraten, dann bei mittlerer Hitze noch ca. 5 Min. garen.

3. Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Salbei waschen, trocken tupfen und grob schneiden. Zwiebeln und Salbei zu den Röllchen geben, leicht anbraten. Tomaten einrühren, alles salzen und pfeffern und noch 2-3 Min. garen. Involtini und Tomatengemüse mit den Brötchen genießen.