

Rezept

Kalbfleischröllchen

Ein Rezept von Kalbfleischröllchen, am 09.06.2026

Zutaten

50 g grüne entsteinte Oliven	2 Frühlingszwiebeln
2 Knoblauchzehen	1 kleines Bund Petersilie
1 getrockneter Peperoncino	100 g frisch geriebener junger Pecorino
Salz	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
8 dünne Kalbsschnitzel (jedes 80 g)	2 EL Mehl
3 EL Olivenöl	150 ml trockener Weißwein oder Fleischbrühe
½ unbehandelte Zitrone	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 380 kcal

Zubereitung

1. Oliven ganz fein schneiden. Frühlingszwiebeln waschen, die dunkelgrünen Teile und die Wurzelbüschel abschneiden, den Rest der Zwiebeln auch ganz fein schneiden. Den Knoblauch schälen und in eine Schüssel pressen. Die Petersilie waschen und trockenschütteln. Die Blättchen abzupfen, ein paar davon weglegen, den Rest fein hacken. Den Peperoncino im Mörser fein zerstoßen. Oder zwischen den Fingern zerreiben, dann die Finger anschließend gut waschen.
2. Oliven, Zwiebeln, Petersilie, Peperoncino und Pecorino zum Knoblauch in die Schüssel schütten, Salz und Pfeffer dazu und alles ganz gut verrühren.
3. Die Schnitzel mit dem Handballen flacher drücken, die würzige Paste drauf verteilen – nicht ganz bis zum Rand – und leicht andrücken. Die Schnitzel aufrollen, mit Zahnstochern feststecken. Die Röllchen außen salzen und pfeffern. Das Mehl in einen Teller schütten und die Röllchen darin wälzen.
4. Das Öl in einer großen Pfanne warm werden lassen. Röllchen reinlegen und so lange braten, bis sie rundherum schön braun sind. Wein dazuschütten. Hitze zurückschalten, Deckel drauf und 10 Minuten schmoren.
5. In der Zeit die Zitronenhälfte waschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben, den Saft auspressen. Übrige Petersilie ganz fein schneiden. Beides unter die Sauce mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und essen!