

Rezept

Kalbsgeschnetzeltes mit bunten Zucchini

Ein Rezept von Kalbsgeschnetzeltes mit bunten Zucchini, am 26.04.2024

Zutaten

1 große Zwiebel	600 g gelbe und grüne Zucchini
1 Handvoll Kerbel (ersatzweise Petersilie)	500 g Kalbfleisch (z. B. aus der Nuss oder Oberschale)
100 g geräucherter gekochter Speck	2 EL Öl
Salz	frisch gemahlener weißer Pfeffer
200 ml trockener Weißwein (ersatzweise Fleischbrühe)	150 g Crème fraîche

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 530 kcal

Zubereitung

1. Die Zwiebel schälen und klein würfeln. Die Zucchini waschen, putzen und in Scheiben, dann in Stifte schneiden. Den Kerbel abbrausen, trocken tupfen und hacken. Das Kalbfleisch gut trocken tupfen und quer zur Faser in schmale Streifen schneiden. Den Speck von Schwarte und Knorpeln befreien und klein würfeln.
2. Das Öl in einer Pfanne oder im Wok erhitzen. Das Fleisch darin 1-2 Min. rundherum scharf anbraten. Dabei das Fleisch nicht zu früh wenden und verrühren, damit es gut anbrät. Eventuell das Fleisch portionsweise anbraten. Fertig angebratenes Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, mit einem Schaumlöffel aus der Pfanne nehmen und zugedeckt beiseitestellen.
3. Den Speck und die Zwiebelwürfel in die Pfanne geben und leicht anbraten. Zucchini stifte dazugeben und unter häufigem Rühren ebenfalls anbraten.
4. Den Wein angießen, die Crème fraîche einrühren. Alles bei starker Hitze ca. 3 Min. kochen lassen. Zuletzt das Fleisch wieder in die Pfanne geben, alles vermischen und abschmecken. Mit Kerbel bestreuen und sofort servieren.