

Rezept

Schweinefleisch-Involtini auf Blattsalaten

Ein Rezept von Schweinefleisch-Involtini auf Blattsalaten, am 26.04.2024

Zutaten

- | | |
|--|--|
| 1 kleine Zwiebel | 1 Knoblauchzehe |
| 8 Stangen grüner Spargel | 3 EL Olivenöl |
| 1-2 EL Zitronensaft | Salz |
| Pfeffer | 8 kleine Schweineschnitzel (je 60 g, aus der Oberschale) |
| 8 große, dünne Scheiben luftgetrockneter Schinken (z. B. Parma- oder Serranoschinken) | 250 g gemischte Blattsalate (z. B. Batavia, Eichblattsalat und Feldsalat) |
| 120 g Champignons | 6 EL Aceto balsamico |
| Salz | Pfeffer |
| 2 TL Honig | 6 EL Olivenöl |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 565 kcal

Zubereitung

1. Für die Involtini die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Den Spargel waschen, im unteren Drittel schälen und die Enden abschneiden. Die Spargelstangen möglichst schräg in 2-3 mm dicke Scheiben schneiden.
2. In einer ofenfesten beschichteten Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Spargel darin 3-4 Min. glasig braten. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen, beiseitestellen. Backofen auf 160° (Umluft 140°) vorheizen.
3. Die Schnitzel zwischen Klarsichtfolie mit dem Nudelholz schön flach klopfen, leicht salzen und pfeffern. Den Spargel gleichmäßig auf den Schnitzeln verteilen, diese von einer Schmalseite her aufrollen. Die Pfanne säubern.
4. Jedes Schnitzelröllchen mit 1 Scheibe Schinken möglichst straff umwickeln. Restliches Öl in der Pfanne erhitzen und die Involtini darin bei mittlerer Hitze 2-3 Min. rundherum anbraten. In den Ofen (Mitte) schieben und 5 Min. garen. Dann Ofen ausschalten und die Involtini bei leicht geöffneter Ofentür noch 6-8 Min. nachziehen lassen.
5. Inzwischen den Salat putzen, waschen, trocken schleudern und in mundgerechte Stücke zupfen. Die Pilze putzen und in hauchdünne Scheiben schneiden. Für die Vinaigrette Essig, Salz, Pfeffer und Honig verrühren, zum Schluss das Öl unterschlagen.
6. Den Blattsalat und die Champignons auf große Teller verteilen. Die Involtini schräg in dünne Scheiben aufschneiden und fächerförmig auf dem Salat ausbreiten. Die Vinaigrette gleichmäßig darüberträufeln.