

Rezept

Weiß-Bohnen-Sauce mit Salbei zu Kalbsschnitzeln

Ein Rezept von Weiß-Bohnen-Sauce mit Salbei zu Kalbsschnitzeln, am 27.04.2024

Zutaten

8 Kalbsschnitzel (à 80-90 g)	8 große und 2 kleine Salbeiblätter
1 Glas weiße Bohnen (Abtropfgewicht 240 g)	1 kleine Zwiebel (ca. 80 g)
1/2 Knoblauchzehe	1 kleines Stück Frühlingszwiebel (ca. 10 g)
1 Tomate (ca. 100 g)	5 EL Olivenöl
100 ml trockener Weißwein	200 ml Kalbsfond
gekörnte Gemüsebrühe (am besten Bio)	100 g Sahne
Salz	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
Meersalz, z. B. Fleur de Sel	Cayennepfeffer
1 TL kalte Butter	Fleischklopfer
8 Zahnstocher	Pürierstab

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 540 kcal

Zubereitung

1. Die Schnitzel trocken tupfen und etwas flach klopfen. Salbeiblätter waschen, trocken schütteln und auf jedes Schnitzel mit einem Zahnstocher 1 großes Salbeiblatt stecken. Die Schnitzel bis zur Verwendung mit Frischhaltefolie abdecken und kühl stellen.
2. Die Bohnen in einem Sieb abgießen, kalt abbrausen und gut abtropfen lassen. Die Hälfte (120 g) abnehmen und beiseitestellen.
3. Die Zwiebel schälen, halbieren und fein würfeln. Den Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. Die Frühlingszwiebel waschen, putzen und schräg in feine Ringe schneiden. Die Tomate waschen, vom Stielansatz befreien, vierteln, entkernen, mit Küchenpapier trocken tupfen und in klein würfeln. Die 2 kleinen Salbeiblätter in feine Streifen schneiden.
4. 2 EL Olivenöl in einem kleinen Stieltopf (20 cm Ø) erhitzen, die Zwiebel darin bei kleiner Hitze in 6-7 Min. glasig dünsten. Weißwein und eine Hälfte der Bohnen dazugeben und 2 Min. garen. Mit dem Kalbsfond aufgießen, den Knoblauch einlegen, mit 1 Prise Brühpulver würzen, aufkochen lassen und offen bei kleiner Hitze 4 Min. köcheln lassen. Die Sahne dazugießen, alles mit dem Pürierstab fein mixen und 2 Min. köcheln.
5. Tomatenwürfel, restliche Bohnen und den in Streifen geschnittenen Salbei in die Sauce rühren, bei schwacher Hitze noch 2 Min. köcheln lassen. Frühlingszwiebel einstreuen, durchrühren und die Sauce mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken.

6. Zum Warmhalten den Backofen auf 80° (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Während die Sauce kocht, 2 EL Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. 4 Schnitzel auf beiden Seiten mit Meersalz und Pfeffer würzen, mit der Salbeiseite nach unten in die Pfanne legen, bei mittlerer Hitze 2 Min. braten, wenden und ohne Hitze 1 Min. ziehen lassen. Das Fleisch aus der Pfanne heben und im Ofen warm halten. Die Pfanne mit Küchenpapier auswischen und das restliche Öl darin erhitzen. Die 4 anderen Schnitzel würzen und wie oben beschrieben braten. Zum Schluss die Butter unter die Sauce rühren und die Schnitzel mit der Sauce servieren.