

Kalbs-Steak mit Zitronen-Kapern-Sauce

 happy-mahlzeit.com/2020/03/07/kalbs-steak-mit-zitronen-kapern-sauce/

Zutten für 4 Personen:

- 8 Kalbs-Schnitzel à 120g
- 1/4 Liter Kalbsfond
- 2 Bio-Zitronen
- 1 Zucchini
- 4 Tomaten
- 20 Kapern
- 16 Basilikumblätter
- 100ml Weißwein
- 50g kalte Butter
- 3 EL Olivenöl
- ca. 40g Mehl
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

Den Kalbsfond in einem Topf ohne Deckel auf 100ml einkochen lassen.

1 Zitrone heiß waschen, trocken reiben und in dünne Scheiben schneiden. Die andere Zitrone auspressen.

Die Zucchini putzen, waschen und längs in dünne Scheiben hobeln. In einer beschichteten Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen und die Zucchinischeiben darin goldgelb braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Tomaten kreuzweise einritzen, überbrühen, häuten, halbieren, entkernen und in Würfel schneiden.

Die Kalbs-Schnitzel im Mehl wenden. Überschüssiges Mehl abklopfen. Das restliche Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen und das Fleisch darin in 2 Portionen bei starker Hitze auf jeder Seite scharf anbraten, herausnehmen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Zitronenscheiben kurz im Bratensatz anbraten, dann herausnehmen. Den Bratensatz mit dem Wein ablöschen. Kalbsfond und Zitronensaft dazugeben und kurz einkochen lassen. Mit der kalten Butter binden.

Zitronenscheiben, Tomaten und Kapern in die Sauce geben. Die Schnitzel einlegen und die Sauce noch einmal kurz aufkochen. Basilikum klein schneiden und dazugeben.

Die Schnitzel mit den Zitronen auf Teller verteilen und mit der Sauce beträufeln. Die Zucchini mithilfe einer Gabel oder Pinzette aufrollen und daneben anrichten.

Rezept: Hans Jörg Bachmeier

Quelle: Einfach. Gut. Bachmeier 2015