Italienische Rezepte

Kalbsroulade mit Spinat und Omelett

Anzahl: 4 Portionen
Gattung: Drink, Fleisch

---

800 g	Kalbfleisch; in einem - einzigen dünnen Stück	
500 g	Spinat	
4	Eier	
	Salz	
	Pfeffer	
3	Essl.	Olivenöl extravergine; (I)
2	Essl.	Olivenöl extravergine; (II)
1	Essl.	Olivenöl extravergine; (III)
5	Essl.	Olivenöl extravergine; (IV)
2	Essl.	Parmesan; gerieben
2		Knoblauchzehen
		Weißwein

Spinat wiederholt waschen und in einen tiefen Topf, ohne Wasser zuzufügen, mit einer Prise Salz (grob), zugedeckt sieden. Sobald der Spinat in sich zusammenfällt wenden, noch 1 Minute kochen, herausnehmen und abtropfen lassen.

Spinat auskühlen lassen, mit den Händen auspressen und mit dem Wiegemesser zerhacken.

In einer Pfanne Öl (I) und Knoblauch erhitzen, Spinat darin kurz anbraten.

In einer Schüssel Eier mit einer Prise Salz und Parmesan schlagen.

In einer nicht haftenden Pfanne mittlerer Größe Öl (II) erhitzen, Eier zugeben und gut anbraten lassen. Mit einem kleinen Spachtel lösen und mit Hilfe eines passenden Tellers das Omelett wenden, bevor das Ei wieder in die Pfanne kommt diese mit Öl (III) fetten. Fertig garen, beiseite stellen.

Fleisch dünn ausklopfen, salzen, pfeffern, darauf das Omelett legen und dann eine Schicht Spinat. Fleisch einrollen und mit einer Küchenschnur binden.

Außen salzen und pfeffern (wenig) und die Roulade in eine Pfanne mit dem erhitzten Öl (IV) geben. Auf allen Seiten goldbraun anbraten, mit einem halben Glas Wein ablöschen und etwa 20 Minuten zugedeckt köcheln lassen.

Probieren Sie die Roulade mit der Gabel zu stechen, falls sie Ihnen noch zu hart erscheint, fügen Sie etwas warmes Wasser oder Brühe zu und garen weiter.

Nach dem die Roulade gar ist, etwa 15 Minuten ruhen lassen. Dann die Schnur entfernen und in ziemlich Dicke Scheiben schneiden. Mit dem Bratensatz servieren.