

Italienische Rezepte

Fritto Misto SCHWIMMEND GEBACKENE KALBSBRIESCHEN

Anzahl: 6 Personen

Gattung: Carne, Huhn, Italien, Kalb, Secondo

AUSBACKTEIG

- | | |
|---|--------------------|
| 1 cup Weizenmehl, vor dem
- Abmessen gesiebt | 3 Essl. Pflanzenöl |
| 3/4 cups Warmes Wasser | 1/2 Teel. Salz |
| | 1 Eiweiß |

KALBSBRIESCHEN

- | | |
|--|---|
| 1 Paar Kalbsbrieschen (Kalbsmilch)
Wasser | 1 Essl. Zitronensaft oder Essig
Salz |
|--|---|

AUSSERDEM

- | | |
|--|---|
| 1 Ganze Hühnerbrust, ohne
- Knochen | 1 Dose/n Artischockenherzen
Pflanzenöl oder Backfett |
| 1 kleine Blumenkohl | - zum Ausbacken in der |
| 500 g Auberginen | - Friteuse |
| 500 g Zucchini | Zitronenviertel |

Das Mehl, das warme Wasser, 3 EL Öl und 1/2 TL Salz in einer geräumigen Schüssel leicht, aber stetig verrühren, bis die Zutaten mehr oder weniger sahnig sind. Nicht schlagen oder zu lange rühren. Am besten den Teig beiseite stellen und bei Zimmertemperatur etwa 2 Stunden ruhen lassen; notfalls gleich verwenden. Das 1 Eiweiß mit einem Schneebesen so lange schlagen, bis es steif ist, erst ganz zuletzt mit dem Teig vermischen. Die Kalbsbrieschen 1 Stunde lang in mehrfach erneuertem kaltem Wasser einweichen, sie dann in einen 2-3 l fassenden Topf tun, 1 l frisches Wasser zugießen, 1 EL Zitronensaft oder Essig und 1 TL Salz hinein geben. Bei mäßiger Hitze zum Kochen bringen, die Temperatur reduzieren und die Brieschen unbedeckt 15 Minuten ziehen lassen. Abgießen und sofort zum Abkühlen in kaltes Wasser tun. Nach ein paar Minuten nochmals abtropfen lassen und mit Küchenkrepp gut abtrocknen. Soviel wie möglich von der Membrane entfernen, ohne die Brieschen zu zerreißen. Die beiden Teile von der Mittelröhre abtrennen und die Röhre entfernen. Die Brieschen in 2 1/2 cm große Würfel schneiden. Die Haut von der Hühnerbrust entfernen und das Fleisch in etwa 5 cm lange und 1 1/4 cm breite Streifen schneiden. Den Blumenkohl in kleine Röschen teilen, die Röschen in einen Kochtopf mit 2 bis 3 l kochendem Salzwasser geben und 3 Minuten stark kochen lassen. In kaltes Wasser tun und abtropfen lassen. Die Auberginen und Zucchini schälen und in 1 1/4 cm breite Streifen schneiden; mit 2 EL Salz schütteln, um sie zu entwässern, und dann in einem Sieb zum Abtropfen beiseite stellen. Die Artischockenherzen abtrocknen und in 4 Teile schneiden. Etwa 250 g Backfett oder 2 Tassen Öl in einer Friteuse auf 175° erhitzen. (Falls kein Fett-Thermometer benutzt wird, einen Brotwürfel in das heiße Fett tun; wenn er innerhalb von 1 Minute goldbraun ist, ist die gewünschte Fett-Temperatur erreicht.) Inzwischen den Backofen auf 125° vorwärmen und zwei große, flache Backformen oder -bleche mit Küchenkrepp belegen. Die Auberginen- und Zucchinistreifen mit Küchenkrepp abtrocknen und sie mit den Brieschenwürfeln, Hühnerbruststreifen, Blumenkohlröschen und geviertelten Artischockenherzen griffbereit hinstellen. Die Brieschen, das Huhn und die Gemüse nacheinander in schwimmendem Fett ausbacken: jeweils 5 bis 6 Stück in den Teig tauchen, mit dem man gerade das steif geschlagene Eiweiß vermischt hat. Wenn die Stücke überzogen sind, sie nacheinander mit Hilfe einer Zange oder eines Schaumlöffels herausheben, einen Augenblick über der Schüssel halten, um den überschüssigen Ausbackteig gut abtropfen zu lassen; dann in die Friteuse geben. In schwimmendem Fett etwa 5 bis 6 Minuten ausbacken, wobei die Stücke ein- oder zweimal gewendet werden, oder bis der Teig goldbraun ist. Mit der Zange die gebräunten Stücke auf die mit Küchenkrepp