Vitello Tonnato

Klassisch. Edel. Aromatisch. Vitello Tonnato ist eine klassische kalte Vorspeise der italienischen Küche und besteht aus mariniertem, gekochtem Kalbsfleisch mit einer cremigen Thunfischsauce. Das Geheimnis für authentisches Vitello Tonnato? Die Auswahl des richtigen Fleisches sowie viel Geduld. So wird das Kalbfleisch über Nacht mariniert, schonend gegart und vor dem Aufschneiden komplett runtergekühlt. So ist das beliebte Antipasti-Gerichts zwar etwas aufwendiger in der Zubereitung, dafür aber ein absolutes Highlight für jedes Dinner.



Vitello Tonnato | Foto: Linda Katharina Klein
Zutaten (2 Teller á 2 Portionen): 400 Gramm Kalbfleisch | 200 Gramm Sellerie | 50 Gramm Selleriegrün | 100 Gramm Möhren | 1 Esslöffel Pfefferkörner | 4 Lorbeerblätter | 500 Milliliter Weißwein | 2 Esslöffel Zitronensaft | 20 Nelken | 0,5 Dosen Thunfisch | 0,5 Dosen Sardellen | 50 Gramm Mayonnaise bzw. Zitronen-Mayonnaise (ich empfehle selbstgemachte Mayonnaise) | 1 Esslöffel Essig | 1 Esslöffel Kapern | Salz | 8 Kapernbeeren | 1 Zitrone



Vitello Tonnato | Foto: Linda Katharina Klein
Zubereitung (36 Stunden): 1. Kalbfleisch parieren (von Sehnen etc. befreien), mit einem langem Stück Faden festzusammenbinden und in eine etwa doppelt so große verschließbare Box geben. 2. Möhren und Sellerie würfeln und zusammen mit dem Selleriegrün, den angedrückten Pfefferkörnern, den Nelken und den Lorbeerblättern zum Fleisch geben. 3. Mit Weißwein und Zitronensaft aufgießen (das Fleisch soll bedeckt sein) und die verschlossene Box für 24 Stunden in den Kühlschrank geben. 4. Das Kalbfleisch mit samt der Marinade in einen Topf geben und aufkochen. 5. Sobald das Wasser kocht, den Herd ausstellen und das Fleisch im heißen Wasser 30 Minuten garziehen lassen. 6. Das Kalbfleisch aus dem Wasser nehmen, abtrocknen und sehr fest in ein sauberes Küchentuch wickeln. 7. Das Fleisch im Kühlschrank komplett auskühlen lassen. 8. Thunfisch und Sardellen zusammen mit dem Essig, der Mayonnaise und den Kapern aufmixen. 9. Thunfischcreme mit Salz abschmecken. 10. Das Kalbfleisch dünn aufschneiden und auf zwei Tellern drapieren. 11. Die Thunfischsauce so darüber geben, dass das Fleisch noch sichtbar bleibt. 12. Vitello Tonnato mit Kapernbeeren und Zitronenscheiben garnieren und direkt servieren.

Dazu passt hervorragend: Röstbrot und Panini-Brot! Probiere auch schicke Vorspeisen wie Rindercarpaccio und Warmer Birnen-Salat! Jetzt noch mehr italienische Gerichte, Gerichte für Gourmets, Fischgerichte, oder Fleischgerichte bzw. Gerichte mit Kalbsfleisch sowie weitere Rezepte mit Kapern entdecken!

Nährwerte/Portion: 298 Kalorien | 17,8 Gramm Fett | 0,9 Gramm Kohlenhydrate | 32,1 Gramm Eiweiß