



Involtini alla siciliana

Sie sind die Exoten unter den unzähligen Involtini-Varianten der italienischen Küche. Ein Rezept, das viel über die sizilianische Küchentradition verrät: Die Füllung aus geröstetem Paniermehl, Rosinen und Marsala, angereichert mit weichem und hartem Käse (Provolone und Parmesan). Zuletzt werden die gerollten Involtini in Paniermehl gedreht und in Olivenöl gebraten. Trotz des reichlich verwendeten Paniermehls werden die Involtini keineswegs griesig oder trocken, zusammen mit dem Käse wird die Füllung aromatisch und geschmeidig. In vielen sizilianischen Rezepten wird statt Parmesan rezentere Pecorino verwendet, was rustikal eingestellte Gaumen erfreut.

Die Involtini alla siciliana werden in der Regel ohne Sauce, dafür mit Salat angerichtet und geben so ein leckeres Gericht für warme Sommertage.

Zutaten (1 Portion)

- 4 Kalbschnitzel, ca. 200g
- 1/2 kleine Zwiebel
- 1 kleine Knoblauchzehe
- 1/2El Petersilie gehackt
- 1/2El Rosinen
- 3Tl Marsala
- 2El Paniermehl (Füllung)
- 1El Paniermehl (Panade)
- 15g Parmesan
- 40g Provolone dünn geschnitten
- Olivenöl
- Salz und Pfeffer

<i>Ich habe die Zutaten für die Fülle zu reichlich bemessen und die Mengen im Rezept nachträglich reduziert. Aber sie sind vermutlich noch immer eher reichlich bemessen.</i>

Zubereitung

Rosinen hacken, mit 2Tl Marsala übergossen und 2 Stunden ziehen lassen.

Bratpfanne mit etwas Olivenöl auspinseln. 2 El Paniermehl hellbraun anrösten und in eine Schüssel geben.

Zwiebel, Knoblauch und Petersilie fein hacken. Zum Paniermehl geben und vermischen. 1El Olivenöl und die Rosinen mit dem Marsala zugeben und gut verkneten. Die Masse sollte sich Ballen formen lassen, wenn nicht, noch etwas Olivenöl und Marsala zugeben.

Parmesan reiben, Provolone zu kleinen Scheibchen schneiden. Beides zum Paniermehl geben und verkneten. Ein paar Minuten ruhen lassen.

Kalbsschnitzel mit dem Fleischklopfer (oder mit der Faust) flach klopfen. Beidseitig nur leicht salzen und pfeffern.

Schnitzel an einem Ende mit einem knappen Esslöffel Fülle belegen und etwas festdrücken. Fleisch am Anfang des Schnitzels von der Seite her über die Fülle klappen und danach satt einrollen.

Involtini ringsum mit Olivenöl einpinseln und mit Paniermehl bestreuen. Vor dem Anbraten 10 Minuten ruhen lassen.

Involtini in Olivenöl ringsum heiss anbraten, dabei nach jeweils einer Minute drehen, damit sie ringsum gebraten werden. Nach ca. 3 Minuten Herdplatte ausschalten, einen Deckel auf die Pfanne setzen, kurz von der Herdplatte ziehen, sobald es in der Pfanne nur noch leicht brutzelt, Pfanne wieder auf die Herdplatte stellen und die Involtini 15 Minuten nachziehen lassen. Nach ca. 5 Minuten die Herdplatte auf der kleinsten Stufe wieder einschalten.

Bei einer grösseren Menge Involtini, brät man sie in der Pfanne an und schiebt sie danach für 25 Minuten in den auf 80° vorgeheizten Ofen.



Paniermehl roesten





