

Kalbfleischvögelchen an leichter Roquefortsauce

Für 4 Personen

Zutaten

1 Bund Frühlingszwiebeln
1 Bund Petersilie
1 Esslöffel Butter (1)
8 mittlere Kalbsplätzchen
4 grosse Scheiben Schinken
1 Schalotte
Salz, Pfeffer aus der Mühle
1 Esslöffel Bratbutter
1 Esslöffel Butter (2)
1 dl Weisswein
2 dl Gemüsebouillon
1 1/2 dl Rahm
40 g eher milder Roquefort
wenig Zitronensaft



Zubereitung

- 1 Die Frühlingszwiebeln mitsamt schönem Grün hacken. Die Petersilie ebenfalls hacken.
- 2 In einer beschichteten Bratpfanne die Butter (1) erhitzen. Frühlingszwiebeln und Petersilie darin 2–3 Minuten dünsten. Abkühlen lassen.
- 3 Den Backofen auf 70 Grad vorheizen und eine Servierplatte mitwärmen.
- 4 Kalbsplätzchen leicht dünner klopfen. Mit je 1/2 Scheibe Schinken und etwas Frühlingszwiebeln belegen. Aufrollen. Mit Zahnstochern verschliessen.
- 5 Schalotte schälen und fein hacken.
- 6 In einer Bratpfanne die Bratbutter kräftig erhitzen. Die Kalbsröllchen rundum mit Salz und Pfeffer würzen. In der sehr heissen Bratbutter je nach Dicke der Röllchen rundum insgesamt 2 1/2 –3 Minuten braten. Dann sofort auf die vorgewärmte Platte geben und im Ofen 45 Minuten nachgaren lassen.
- 7 Die Butter (2) in den Bratensatz geben und die Schalotte darin andünsten. Weisswein und Gemüsebouillon dazugiessen und auf 1 dl einkochen lassen. Den Rahm beifügen. Die Sauce mit dem Stabmixer möglichst fein pürieren. Dann nochmals um gut 1/3 einkochen lassen. Beiseitestellen.
- 8 Sauce nochmals aufkochen. Roquefort in kleinen Stücken hineingeben, mit dem Stabmixer nochmals gut durchmischen, dann mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.
- 9 Zum Servieren die Kalbsröllchen schräg in Hälften schneiden. Auf die Platte zurückgeben und mit der Roquefortsauce umgiessen.

Für den Kleinhaushalt

- 2 Personen: Zutaten halbieren, jedoch für die Sauce 1 dl Rahm und 25 g Roquefort verwenden.
- 1 Person: Zutaten vierteln, für die Sauce je 1/2 dl Weisswein, Bouillon und Rahm sowie 15 g Roquefort verwenden.

Nährwerte

Pro Portion: 39 g Eiweiss, 3 g Kohlenhydrate, 30 g Fett, 469 kKalorien oder 1963 kJoule

(Quelle: annemarie wildeisen's Kochen)