

## Involtini

### ZUTATEN

ZUBEREITEN: ca. 40 Minuten

SCHMOREN: ca. 45 Minuten

Für 12 Stück

Zahnstocher

Backpapier für das Blech

### INVOLTINI

12 Kalbsplätzli (z. B. Eckstück, je ca. 60 g),

etwas flach geklopft

Sel des Alpes, Pfeffer

160 g Mozzarella, in 8 Stängel

1 Bio-Zitrone, abgeriebene Schale

8 Tranchen Rohschinken

8 Salbeiblätter

2 EL Mehl

2 EL Bratfett

### SAUCE

2 EL Olivenöl

1 Zwiebel, fein gehackt

2 Knoblauchzehen, fein gehackt

2 Sardellenfilets, fein geschnitten

1 Rüebl, in kleinen Würfeln

1 EL Tomatenpüree

1 Dose ganze Pelati, 400g

1 Zweig Rosmarin

100 g schwarze Oliven, in feinen Scheiben

Evtl. Weisswein

Sel des Alpes, Pfeffer



© le menu

Aus der Sendung



### Zubereitung

#### INVOLTINI

Plätzli mit Salz und Pfeffer würzen. Mozzarella auf Schinkenranchen geben, Zitronenschale darüber reiben, einwickeln. Salbeiblätter auf die Plätzli gleichmässig verteilen. Eingepackte Mozzarella auf Fleisch legen, dabei ringsum einen ca. 1 cm breiten Rand frei lassen. Plätzli satt aufrollen, mit Zahnstochern fixieren. Involtini mit Mehl bestäuben. Im heissen Bratfett rundum anbraten, warm stellen.

#### SAUCE

Öl in der Bratpfanne erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Sardellenfilets und Rüebl mitdämpfen. Tomatenpüree kurz mitrösten. Mit Pelati ablöschen, Rosmarin und Oliven begeben, würzen, aufkochen. Fleisch dazugeben, zugedeckt bei kleiner Hitze 30-45 Minuten schmoren.

#### Tipp

- Dazu passen gebackene Kichererbsen.

[www.lemenu.ch](http://www.lemenu.ch)

