

Kalb-Kotelett alla milanese mit Bohnen-Salat

Für 4 Personen

Für die Kalbskoteletts:

2 Kalbskoteletts a 400g	200 g Butter	4 Eier
100 g Mehl	100 g Semmelbrösel	Meersalz

Für den Bohnensalat:

100 g dicke Bohnenkerne	100 g Keniabohnen	100 g Zuckerschoten
100 g Schneidebohnen	100 g Cannellini-Bohnen	4 Tomaten
1 Schalotte	1 Zehe Knoblauch	2 EL Sherry-Essig
5 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer	4 Zweige Bohnenkraut

Für die Koteletts die Butter klären. Dafür die Butter schmelzen und erhitzen, bis sich auf der Oberfläche die weiße Molke absetzt. Molke abschöpfen oder die Butter durch ein mit Küchenpapier ausgelegtes Sieb filtern. Koteletts waschen und trocken tupfen. Überschüssiges Fett und Sehnen entfernen. Backofen auf 180 Grad vorheizen. Eier in einem tiefen Teller verquirlen. Mehl und Semmelbrösel ebenfalls in tiefe Teller geben. Koteletts zuerst in Mehl wenden, dann durch verquirltes Ei ziehen und zum Schluss in den Semmelbröseln wenden. Nochmals durch verquirltes Ei ziehen und in den Bröseln wenden. Geklärte Butter in einer großen Pfanne erhitzen. Koteletts darin von beiden Seiten goldgelb ausbacken, dabei ab und zu mit heißer Butter übergießen. Die Koteletts auf das Ofengitter legen und im Ofen 10 bis 15 Minuten fertig garen. Gegen Ende der Garzeit mit einem Bratenthermometer die Kerntemperatur des Fleisches kontrollieren, bei 55 bis 50 Grad sind die Koteletts rosa gebraten. Für den Bohnensalat die Bohnenkerne etwa drei Minuten in kochendem Salzwasser garen, abschrecken und aus den Häutchen drücken. Keniabohnen, Zuckerschoten und Schneidebohnen waschen, putzen und nach Wunsch etwas kleiner schneiden. Nacheinander in kochendem Salzwasser bissfest blanchieren. In gesalzenem Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Cannellini-Bohnen abtropfen lassen. Die Tomaten überbrühen, kalt abschrecken und häuten. Tomaten vierteln, entkernen und in Spalten schneiden, dabei die Stielansätze entfernen. Schalotte und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. In einer Pfanne ein Esslöffel Olivenöl erhitzen, Schalotten- und Knoblauchwürfel darin andünsten. Essig, restliches Olivenöl, Schalotten- und Knoblauchwürfel zu einer Vinaigrette verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Bohnen, Zuckerschoten und Tomaten in einer Schüssel mit der Vinaigrette mischen. Bohnenkraut waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und grob schneiden. Unter den Salat heben, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Anrichten:

Die Koteletts herausnehmen, vom Knochen lösen, in Scheiben schneiden und mit Meersalz würzen. Mit dem Bohnensalat anrichten.

Cornelia Poletto am 19. Januar 2014