



TRAININGS SPECIAL 2.0

VITELLO

ZUTATEN

500g	Kalbssemerrolle
60 g	Butter
	Rosmarin
	Thymian
	Salbei
	Salz
	Pfeffer
	neutrales Öl oder geklärte Butter zum braten.

TOMATENBELAG:

6-8	San Marzano Tomaten
2	Schalotten
1 Bund	Glatte Petersilie
	Olivenöl
1-2 EL	Weißweinessig
	Zucker
	Schwarzer Pfeffer aus der Mühle
	Fleur de Sel

ZUBEREITUNG

Semerolle sorgfältig parieren, d.h. Fett und Silberhaut entfernen, und anschließend leicht salzen. Fleisch mit Butterflocken, Rosmarin, Thymian und Salbei in einen Vakuumbeutel geben und vakuumieren. Im Dampfbackofen in der Ofenfunktion Sous Vide bei 57°C 2 Stunden garen. Beutel öffnen und Fleisch abtupfen. Pfanne erhitzen, wenig Öl zugeben und die Semerrolle rundum kurz, aber scharf anbraten. 5-10 Minuten ruhen lassen, dann in möglichst dünne Scheiben schneiden.

Für den Tomatenbelag die Tomaten kreuzweise einschneiden, 10-15 Sekunden in kochendes Wasser geben, in Eiswasser abschrecken und häuten. Tomaten längs halbieren, Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch in feine Würfel schneiden. Schalotten sehr fein würfeln, in eine Schüssel geben, mit Essig beträufeln, mit einer Prise Zucker bestreuen und kurz stehen lassen, damit sie milder und aromatischer werden. Tomatenwürfel, Schalotten und Petersilie mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zum Anrichten die dünn aufgeschnittenen Kalbfleischscheiben leicht überlappend auf einen Teller auslegen. Mit Fleur de Sel und Pfeffer aus der Mühle würzen. Tomatenwürfel auf dem Fleisch verteilen und großzügig mit Olivenöl abrunden.