Saltimbocca mit Panzanella

Zeit gesamt
45min

Zubereitungszeit
35min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Schinkenschnitzel aus der Oberschale vom Schwein	600 g
Thymian, frisch	5 g
Parmaschinken	200 g
Ciabatta-Brot	1 St.
Basilikum, frisch	15 g
Rucola	200 g
Cherrytomaten Mix	250 g
Oliven, schwarz	125 g
Butter	50 g
Tomatenwürzsalz	
Olivenöl	4 EL
Balsamicoessig, hell	2 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Öl	2 EL
Weißwein, trocken	100 ml

Zubereitung

Küchenutensilien

große Schüssel, große Pfanne, Fleischklopfer, Frischhaltefolie

1. Ofen auf 200 °C (Umluft) vorheizen. Schweineschnitzel waschen, trocken tupfen, jeweils halbieren und zwischen Frischhaltefolie gelegt flach klopfen. Thymianzweige waschen und trocken schütteln. Jeweils auf einem Schweineschnitzel einen Thymianzweig legen, mit einer Scheibe Parmaschinken umwickeln und mit einem Holzspießchen feststecken.

2. Das Ciabatta auf einem Rost im Ofen ca. 5–6 Min. backen. Basilikum waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und grob hacken. Rucola waschen und trocken schütteln. Tomaten waschen und vierteln. Oliven abtropfen lassen.

3. Fertig gebackenes Ciabatta etwas abkühlen lassen und dann in ca. 2–3 cm große Würfel schneiden. In einer Pfanne 3 EL Butter auf mittlerer Stufe schmelzen und die Brotwürfel darin ca. 3–4 Min. lang durchschwenken, bis sie knusprig und goldbraun sind. Anschließend mit Tomatengewürz bestreuen.

4. Für das Dressing in einer Schüssel 3 EL Olivenöl und 2 EL Balsamico mit Salz und Pfeffer abschmecken. Brotwürfel, Rucola, Oliven, Tomaten und Basilikum in die Schüssel zum Dressing geben und gut vermengen.

5. In einer Pfanne Öl bei hoher Stufe erhitzen, die Schweineschnitzel auf beiden Seiten ca. 1 Min. anbraten. Restliche Butter schmelzen und Wein hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und für ca. 1 Min. köcheln lassen. Saltimbocca auf einem Teller servieren, die Butter-Weißwein-Sauce jeweils über die Schnitzel träufeln. Saltimbocca zusammen mit dem Brotsalat servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Das Fleisch ca. 1 Std. vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen, sodass es Raumtemperatur annehmen kann und weniger Fleischsaft aus dem Fleisch tritt.

Info: Der italienische Klassiker heißt zu deutsch „Spring in den Mund“ und wird klassischerweise mit Salbeiblättern zubereitet.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	598 kcal
Kohlenhydrate	18 g
Eiweiß	49 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	35 g