

Vitello tonnato – ein italienischer Klassiker für die schnelle Sommerküche. Wer gerne gepickelte Zwiebeln dazu serviert, bereitet diese in einem ruhigen Moment zu und lagert sie für den späteren Genuss kühl ein.



Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 15 Minuten

(Fotos: hurrah GmbH)

Zutaten für 4 Personen

- 600g Plätzli à la minute vom Natura-Veal
- Salz und Pfeffer
- Rapsöl zum Anbraten
- Kapernäpfel (nach Belieben)

Zutaten gepickelte Zwiebeln

- 2 rote Zwiebeln
- 1,5dl Rotweinessig
- 1dl Randensaft (z.B. von Biotta)
- 1,5dl Wasser
- 1 TL Zucker
- 2 TL Salz
- 2 Lorbeerblätter
- Fenchelsamen und schwarze Pfefferkörner

Zutaten Thonsauce

- 100g Thon hell
- 2 Sardellenfilets
- 30 g Mayonnaise
- 10 g Joghurt Nature
- 1 TI Kapern
- 1/2 Bio Zitrone, abgeriebene Schale und Saft
- 1 TI Dijonsenf oder normaler Senf
- 2 El Weisswein
- 3 El Gemüsebouillon oder Kalbsfond
- Salz und Pfeffer

Zubereitung gepickelte Zwiebeln (Zeit zum Abkühlen einplanen!)

Die Zwiebeln schälen, in feine Ringe schneiden und in ein Einmachglas füllen. Rotweinessig, Randensaft, Wasser, Zucker, Salz und die Gewürze aufkochen. Anschliessend heiss über die Zwiebeln giessen. Den Deckel verschliessen und nach dem Auskühlen im Kühlschrank lagern. Als kalte Garnitur verwenden.

Zubereitung Vitello Tonnato

Natura-Veal-Plätzli in wenig Öl beidseitig kurz anbraten.

Für die Thonsauce alle Zutaten zusammen fein mixen und abschmecken. Wer die Sauce dicker bzw. dünner mag, kann mit der Flüssigkeitsmenge (Gemüsebouillon) variieren.

Die Plätzli mit der Thonsauce und je nach Gusto mit Kapernäpfeln und gepickelten Zwiebeln sowie getoastetem Brot garnieren.