



Saltimboccas vom Schwein

mit gebackenen Kartoffeln und Tomatensalat



30-40min



2 Personen

Aus dem römischen Dialekt übersetzt heißt Saltimbocca „Spring in den Mund!“. Und diese kleinen Schnitzelchen sind so lecker, da lassen wir uns das mit Sicherheit nicht ein zweites Mal sagen! Mit Salbei in feinen luftgetrockneten Schinken eingewickelt werden die Schweinemedallions gebraten und mit einer fruchtigen Tomatensalsa und Ofenkartoffeln serviert.

Was du von uns bekommst

- 500g mehligkochende Kartoffeln
- 2 Tomaten
- 1 Lauchzwiebel
- 15g Frisches Basilikum & Salbei
- 1 Päckchen Tomatenketchup
- 1 Packung Schweinefilet
- 1 Packung luftgetrockneter Schinken

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße, ofenfeste Pfanne

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipps

Wer keine ofenfesten Pfanne hat, kann die Saltimboccas auch in einer normalen Pfanne anbraten und anschließend in einer Auflaufform im Ofen nachgaren.

Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 701kcal, Fett 35.5g, Kohlenhydrate 51.9g, Eiweiß 44.6g



1. Kartoffeln rösten

Den Backofen auf 220°C Umluft (240°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Kartoffeln** in ca. 2cm breite Spalten schneiden und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1-2EL Olivenöl sowie Salz und Pfeffer vermengen. Gleichmäßig verteilen und 25-30Min. im Ofen goldbraun rösten.



2. Tomaten schneiden

Inzwischen die **Tomaten** vierteln und in kleine Würfel schneiden. Die **Lauchzwiebel** in dünne Ringe schneiden. Die **Basilikumblätter** von den Stängeln zupfen und in feine Streifen schneiden.



3. Salsa zubereiten

Die **Tomatenwürfel** mit den **Lauchzwiebeln**, dem **Basilikum** und dem **Ketchup** mischen und die **Salsa** mit 1EL Olivenöl, etwas Essig sowie Salz und Pfeffer abschmecken.



4. Fleisch schneiden

Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen, von evtl. vorhandenen Sehnen befreien und in **4 ca. gleich große Stücke** schneiden.



5. Saltimboccas vorbereiten

Jedes **Fleischstück** mit **1-2 Salbeiblättern** belegen und mit **Schinken** umwickeln.



6. Saltimboccas braten

Die **Saltimboccas** in einer mittelgroßen, ofenfesten Pfanne mit 1-2EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze auf jeder Seite ca. 1Min. goldbraun anbraten. Anschließend in der Pfanne weitere 7-10Min. im Ofen garen, bis das **Fleisch** durch ist. Die **Saltimboccas** mit den **Kartoffeln** und der **Salsa** servieren.