

Beste kookvrienden,

Om in de vakantiesfeer te blijven wil ik jullie laten kennismaken met dit heerlijk Italiaans gerechtje

Kalfsvleesrolletjes met caponatasaus

hoofdgerecht (4 personen)

“Deze kalfsrolletjes zijn altijd heerlijk en dubbel lekker met de pittige tomatensaus en zachte asperges erbij! Het is simpel, snel en smaakt echt Italiaans.”

- 4 dunne kalfsschnitzels* (± 400 g)
- 4 plakken rauwe (Parma) ham
- 1 bol mozzarella, heel fijn geraspt of in kleine stukjes
- 4 el olijfolie
- 50 g kappertjes
- 80 g zwarte olijven, grof gehakt
- 2 tenen knoflook, fijngesneden
- 1 blik gepelde tomaten à 400 g
- 2 el fijngesneden oregano (of 2 tl gedroogd)
- 1 el fijngesneden basilicum

evt. gekookte witte of groene asperges voor erbij

Bereiding:

- Beleg elke schnitzel met een plakje ham en bestrooi met mozzarella.
- Rol de kalfsvleeslapjes op en zet ze vast met een prikker.
- Verhit de olie en bak de vleesrolletjes in ± 10 min. rondom bruin en rosé van binnen, of tot ze gaar zijn naar wens.
- Neem ze uit de pan en voeg de kappertjes, olijven, knoflook en tomaten (zonder sap] toe aan de pan.
- Roer de aanbaksels los en laat 1 min. zachtjes sudderen.
- Voeg de oregano en basilicum toe, breng op smaak met peper en roer door elkaar.

- Serveer de kalfsrolletjes met de saus.
Lekker met witte of groene asperges erbij.

* Of kies varkensvleesschnitzels. Klop ze evt. nog wat dunner met een deegroller of vleeshamer tussen 2 lagen plastic folie.

Bereiden ± 30 min.

Laat het jullie smaken

Thierry

