



Involtini di carne alla messinese (Fleischspieße sizilianisch)

Zutaten für 4 Personen:

- 500 g Rinderfilet oder anderes ganz mageres Muskelfleisch z.B. für Rouladen
- 30 g Weckmehl
- 60 g Parmesankäse
- 1 Knoblauchzehe, klein
- 100 g Provolone oder Hartkäse wie Comté
- 2 EL Petersilie, glatt, fein gehackt
- Olivenöl EV nach Bedarf
- Salz
- Pfeffer
- 8 Schaschlikspieße

Zubereitung:

Ofen auf 220°C Umluft vorheizen.

Parmesan reiben, Petersilie waschen, trocknen und fein hacken. Knoblauchzehe pürieren.

Parmesan mit dem Weckmehl, dem Knoblauch und der Petersilie mischen und nur so viel Olivenöl hinzufügen, dass die Zutaten gerade zusammenkleben.

Hartkäse in Würfel von ca. 1cm Kantenlänge schneiden. Holzspieße 10min wässern. Fleisch in ganz dünne Scheiben schneiden, (siehe unten*) und nebeneinander auslegen. Etwas Parmesan-Weckmehlmischung auf die Fleischscheiben verteilen, je ein Stück Hartkäse in die Mitte legen und Fleisch zu kleinen Paketen zusammenklappen. Je 4-5 Fleischpäckchen auf die Holzspieße schieben und mit Olivenöl einpinseln. Auf ein geöltes Backblech oder Auflaufform legen und ca. 20min im Ofen braten. Alternativ Spieße auf dem Grill braten. Als Beilage eignet sich ein einfaches Risotto.

*) Dünn schneiden geht am besten mit einem elektr. Allesschneider und wenn das Fleisch angefrosten ist. Man kann die Fleischscheiben, wenn man sie mit dem Messer geschnitten hat, auch zwischen zwei Blatt Klarsichtfolie legen und mit einem Fleischklopfer sehr dünn klopfen.