

Rezept

Nieren in Senfsauce

Ein Rezept von Nieren in Senfsauce, am 19.04.2024

Zutaten

3 Kalbsnieren (ca. 700 g; ohne Fettmantel)	3 Schalotten
3 EL Sonnenblumenöl	50 g Butter
2-3 EL Cognac	100 ml Weißwein (ersatzweise Kalbsfond)
je 1 EL Dijon- und körniger Senf	100 g Sahne
250 ml Kalbsfond (aus dem Glas)	Salz
Pfeffer	2 EL gehackte krause Petersilie

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 480 kcal

Zubereitung

1. Die Nieren von eventuell noch vorhandenen Fettresten und äußeren Häutchen befreien, dann längs durchschneiden. Die inneren dicken Fettstränge und Sehnen gründlich herausschneiden – also alles, was weiß oder hell ist. Anschließend die Nieren in kaltem Wasser für 1 Std. wässern, dabei das Wasser eventuell 1- bis 2-mal wechseln. So verlieren sie den Harngeschmack und den beim Garen entstehenden Geruch, den viele als unangenehm empfinden. (Wer ganz sicher gehen will, kann sie auch in Milch oder Buttermilch einlegen, damit werden sie zusätzlich noch zarter.)
2. Inzwischen Schalotten schälen und fein würfeln. Nieren abgießen, gut trocken tupfen, dann in einzelne Segmente schneiden und diese in ca. 1 cm dicke Scheiben. Öl und die Hälfte der Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen, darin die Nieren bei mittlerer Hitze 3-4 Min. braten, mit Cognac ablöschen (wer möchte, kann sie auch flambieren), in ein Sieb geben und zugedeckt warm halten.
3. Übrige Butter in der Pfanne schmelzen, die Schalotten darin goldgelb andünsten. Etwas Wein angießen und bei großer Hitze vollständig einkochen lassen, dann den Rest Wein nachgießen und ebenfalls fast vollständig einkochen lassen. Beide Senfsorten und Sahne unterrühren und in 3-4 Min. um die Hälfte einkochen. Kalbsfond dazugießen und nur noch bei mittlerer Hitze 3-4 Min. köcheln. Die abgetropften Nieren in die Sauce geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und nochmals heiß werden lassen, ohne dass sie kochen. Mit Petersilie bestreuen, heiß servieren.