

Rezept

# SPIENZA E CREMA ØDI MILZA

Ein Rezept von SPIENZA E CREMA ØDI MILZA, am 18.04.2024

## Zutaten

<b>500 g</b> Kalbsmilz (beim Metzger vorbestellen!)	<b>1</b> Möhre
<b>1 Stange</b> Staudensellerie	<b>1</b> Zwiebel
Salz	<b>1</b> Knoblauchzehe
<b>4 Stängel</b> Petersilie	<b>1 Stück</b> Bio-Zitronenschale (ca. 1 cm)
<b>2</b> Sardellenfilets in Öl	<b>2 dünne Scheiben</b> Lardo di Collonata oder Pancetta
<b>2 TL</b> Olivenöl	Salz
Pfeffer	<b>8–10 Scheiben</b> Weißbrot
Salz	Pfeffer
Weißweinessig und Olivenöl zum Beträufeln	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 370 kcal

## Zubereitung

1. Die Milz waschen und in einem Topf mit kaltem Wasser Øbedecken. Wasser zum Kochen bringen.

---

2. Die Möhre, den Sellerie und die Zwiebel schälen oder waschen, putzen und in grobe Stücke schneiden. Zur Milz in den Topf geben und die Flüssigkeit salzen. Die Milz bei halb aufgelegtem Deckel bei mittlerer Hitze ca. 45 Min. leicht kochen lassen. Im Sud in ca. 1 Std. abkühlen lassen.

---

3. Dann für die Creme etwa ein Drittel der Milz abschneiden, von der Haut befreien und so fein wie möglich schneiden. Den Knoblauch schälen, die Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen. Zitronenschale waschen und abtrocknen. Die Sardellen abtropfen lassen und mit dem Knoblauch, der Petersilie, dem Lardo und der Zitronenschale sehr fein hacken. Mit dem Olivenöl unter die gehackte Milz rühren und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

---

4. Für den Salat die restliche Milz in knapp 1 cm dicke Scheiben schneiden und auf einen oder vier kleine Teller legen. Die Milzscheiben mit etwas Essig beträufeln, salzen, pfeffern und etwas Olivenöl darüberlaufen lassen.

---

5. Die Brotscheiben leicht rösten und die Milzcreme darauf verteilen. Mit dem Salat auf den Tisch stellen.