Rezept

Salonbeuschel

Ein Rezept von Salonbeuschel, am 12.10.2024

Zutaten

- **1** Kalbslunge (Rohgewicht ca. 800 g)
- **1** Zwiebel
- **2** Möhren
- **5** schwarze Pfefferkörner
- Salz
- **1** Knoblauchzehe
- **1 TL** Kapern
- **40 g** Butterschmalz
- **1 EL** gehackte Petersilie
- **1 Msp.** getrockneter Majoran
- **1 TL** Essig
- Salz
- **3 EL** saure Sahne
- Zitronensaft zum Abschmecken
- ½ Kalbsherz
- **50 g** Knollensellerie
- **1** Lorbeerblatt
- **1** Thymiansträußchen
- **1** Zwiebel
- **1** Bio-Zitrone
- **1** Sardelle in Öl
- **30 g** Mehl
- **400 ml** Rinderbrühe (ersatzweise Instantbrühe)
- ½ TL Zucker
- ½ TL Senf
- Pfeffer
- **3 EL** Sahne

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 375 kcal

Zubereitung

1. Kalbslunge außen und innen gut waschen, Luftröhre und eventuelle Blutreste entfernen und große Blutgefäße wegschneiden. Lunge in kaltem Wasser ca. 3 Std. wässern und spülen. Dabei mehrmals mit der Messerspitze anstechen, damit der Kochsud eindringen kann. Kalbsherz ebenfalls gründlich waschen. Ca. 2 l Wasser in einem sehr großen Topf (Lunge vergrößert sich anfangs) erhitzen.

2. Die Zwiebel schälen. Das Wurzelgemüse waschen, putzen, in grobe Stücke teilen und mit den Gewürzen, Kalbslunge, -herz und Salz in den Topf geben. Zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 90 Min. kochen, die Lunge nach der Hälfte der Kochzeit wenden. Kalbslunge aus dem Sud nehmen und in kaltem Wasser auskühlen lassen.

3. Das Herz weitere 30 Min. garen, bis es weich ist. Aus dem Sud nehmen und mit kaltem Wasser abschrecken. Den Sud offen weitere 30 Min. einkochen und dann 300 ml davon abmessen und beiseite stellen. Ausgekühlte Lunge und Herz zuerst in feine Scheiben, dann in feine Streifen schneiden.

4. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Zitrone heiß waschen, abtrocknen, ½ TL Schale abreiben und mit den Kapern und Sardellenfilet fein hacken. In einem Topf Butterschmalz erhitzen und Mehl darin hellbraun anschwitzen. Alle vorgenannten Zutaten mit der Petersilie darin ca. 1 Min. anbraten. Mit dem aufbewahrten Kochsud und 400 ml Rinderbrühe ablöschen. Bei mittlerer Hitze ca. 20 Min. zugedeckt kochen.

5. Lungen- und Herzstreifen, sowie Majoran, Zucker, Essig, Senf, Salz und Pfeffer zugeben und bei kleiner Hitze ca. 20 Min. garen. Saure und süße Sahne einrühren. Nochmals 10 Min. köcheln lassen. Mit Zitronensaft abschmecken und anrichten. Dazu passen Semmel- oder Serviettenknödel.