

Rezept

Saure Kalbsleber

Ein Rezept von Saure Kalbsleber, am 29.04.2024

Zutaten

1 große Gemüsezwiebel	4 Scheiben Kalbsleber (ca. 800 g, sauber geputzt)
1 EL Mehl	2 EL Butterschmalz
Salz	2 EL Apfelessig
2 EL Hefeflocken (aus dem Bioladen oder Reformhaus)	400 ml Bratenfond (aus dem Glas)
1 TL mittelscharfer Senf	1 TL grobkörniger Senf
2-3 Prisen Zucker	schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 360 kcal

Zubereitung

1. Die Zwiebel schälen, vierteln und schräg in dünne Streifen schneiden. Leber in breite Streifen schneiden und gleichmäßig mit dem Mehl einstäuben. 1 EL Butterschmalz in einer großen Pfanne schmelzen. Darin die Leber bei mittlerer Hitze 2 Min. braten, wenig salzen, mit 1 EL Essig ablöschen, noch 1 Min. durchschwenken und auf einen vorgewärmten Teller geben.
2. Übriges Schmalz in der Pfanne schmelzen, Zwiebel darin in ca. 3 Min. goldbraun rösten. Hefeflocken unterrühren, mit Bratenfond ablöschen, 2 Min. kochen lassen. Restlichen Essig unterrühren und die Sauce weitere 2 Min. kochen lassen. Die beiden Senfsorten einrühren, Sauce 1 Min. ziehen lassen.
3. Die Leber in die Pfanne geben und unter die Sauce rühren. Die Pfanne vom Herd nehmen und die Leber darin in ca. 3 Min. »rosa« ziehen lassen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker abschmecken. Die saure Kalbsleber mit Kartoffelbrei, Salzkartoffeln oder Sternsemeln servieren.