

Rezept

Saure Kalbsnieren

Ein Rezept von Saure Kalbsnieren, am 23.04.2024

Zutaten

500 g Kalbsnieren	1 große Zwiebel
2 EL Öl	2 EL Butter
Salz	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
1 EL Mehl	200 ml Rotwein (ersatzweise Fleischbrühe)
1 TL mittelscharfer Senf	200 ml kräftige Fleischbrühe
2 EL Weißweinessig	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 285 kcal

Zubereitung

1. Die Nieren längs aufschneiden, Fett und Blutgefäße entfernen. Die Nieren in die einzelnen Segmente zerteilen und diese in dünne Scheiben schneiden. Mit Küchenpapier trockentupfen. Die Zwiebel schälen und fein hacken. Den Backofen auf 60° anheizen, eine Schüssel darin vorwärmen.
2. In einer großen Pfanne das Öl mit 1 EL Butter erhitzen, die Nieren darin bei mittlerer Hitze rundum etwa 5 Min. braten, dann salzen und pfeffern. Zugedeckt im Ofen warm halten. Im verbliebenen Fett die Zwiebel anrösten, mit dem Mehl bestreuen und alles hellbraun braten. Den Rotwein angießen und auf die Hälfte einkochen lassen. Den Senf einrühren, Brühe und Essig angießen, etwa 2 Min. sprudelnd kochen lassen.
3. Die restliche Butter in die Sauce quirlen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Nieren unter die Sauce mischen und kurz erhitzen. Mit Salzkartoffeln servieren.