



Kalbsleber mit Zwiebeln, Birnen und Zitrone



Meine Wahl.

 Gesamtzeit: 35 min

 Aktivzeit: 35 min

 Einfach



Zutaten

für 4 Personen

- 600 g** Leber vom Schweizer Kalb
- Pfeffer aus der Mühle
- 1** Bio-Zitrone
- 2.5** rote Zwiebeln
- 2** kleine, feste Birnen
- 2 Zweige** Salbei
- 2 EL** Olivenöl
- 2.5 dl** Rotwein
- Salz
- 60 g** kalte Butter

Nährwerte

1 Portion (ohne Kräuterpolenta) enthält ca.:

- 410** kcal
- 30 g** Eiweiss
- 15 g** Kohlenhydrate
- 24 g** Fett

 Glutenfrei

 Laktosefrei

Rückverfolgbar vom Teller bis zum Hof:

Jedes Stück Schweizer Fleisch kann lückenlos bis zum Hof zurückverfolgt werden.

Zubereitung

- 1** Kalbsleber in feine Streifen schneiden, mit Pfeffer kräftig würzen und abgedeckt beiseitestellen.
- 2** Zitrone heiss abwaschen, Schale dünn mit einem Sparschäler abschälen. Zwiebeln schälen und in feine Spalten schneiden. Birnen waschen, halbieren, entkernen und ebenfalls in feine Spalten schneiden. Salbei von den Stielen zupfen und fein schneiden.
- 3** Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Kalbsleberstreifen zugeben und unter Rühren in 2 Minuten goldgelb anbraten. Aus der Pfanne nehmen und warm halten.

Erhalte Rezepte, Tipps und spannende Geschichten rund um Schweizer Fleisch auf schweizerfleisch.ch.

4 Zitronenschale, Zwiebeln und Birnenspalten zugeben und kurz anschwitzen. Mit Rotwein ablöschen und kräftig einkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen, und bei milder Hitze kalte Butter und Salbei unterrühren.

5 Kalbsleber wieder hineingeben. Sofort auf vorgewärmten Tellern anrichten und servieren.

Dazu passt Kräuterpolenta.