


Geschnetzelte Kalbsleber mit Schalotten und Himbeeren in Thymianjus



Der feine Unterschied.

 Gesamtzeit: 15 min

 Aktivzeit: 15 min

 Einfach



Zutaten

für 4 Personen

- 600 g** geschnetzelte Leber vom Schweizer Kalb
- 1** Schalotte
- 3 EL** HO-Sonnenblumenöl oder HOLL-Rapsöl
- 2 Zweige** Thymian
- 200 g** Himbeeren
- 1.5 dl** Kalbsfond
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- Zucker
- 250 g** Expressreis

Nährwerte

1 Portion (ohne Salat) enthält ca.:

- 490** kcal
- 34 g** Eiweiss
- 51 g** Kohlenhydrate
- 16 g** Fett

 Glutenfrei

 Laktosefrei

Rückverfolgbar vom Teller bis zum Hof:

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

Zubereitung

- 1** Schalotte schälen, in feine Streifen schneiden und im heissen Öl glasig dünsten. Kalbsleber und Thymian zugeben, unterrühren und ca. 3 Minuten anbraten. Himbeeren und Kalbsfond zugeben und 2–3 Minuten einkochen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.
- 2** In der Zwischenzeit Expressreis nach Packungsanleitung zubereiten und dazuservieren.
Dazu passt ein grüner Salat.