Geschnetzelte Kalbsleber mit Schalotten und Himbeeren in Thymianjus

Schweizer Fleisch
Meine Wahl.

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.