


Kalbsleber richtig anbraten



Meine Wahl.

 Gesamtzeit: 15 min

 Aktivzeit: 15 min

 Einfach



Zutaten

für 4 Personen

- 400 g** Leber vom Schweizer Kalb, in Streifen geschnitten
- 50 g** Butter
- 2** Zwiebeln, in feine Streifen geschnitten
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle

Nährwerte

1 Portion (ohne Rösti oder Salat) enthält ca.:

- 255** kcal
- 20 g** Eiweiss
- 8 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** Kalbsleber 30 Minuten vorher aus dem Kühlschrank nehmen.
- 2** Grössere Mengen portionenweise anbraten. Pfanne mit der Butter auf höchster Stufe erhitzen. Wenn die Butter schön zerlaufen ist, Leberstückli hineingeben und die Zwiebeln darauflegen. Nicht rühren!
- 3** Nach ca. 2 Minuten umrühren und den Herd auf mittlere Stufe zurückdrehen. Unter gelegentlichem Umrühren noch 2–3 Minuten weiterbraten.



Meine Wahl.

4

Mit Salz und Pfeffer würzen und sofort servieren.

Dazu passt Rösti oder ein knackiger Salat.