Kalbslunge und Herz mit Fendant und Frühlingszwiebeln

Meine Wahl.

Gesamtzeit: 3 h 30 min

Aktivzeit: 1 h 30 min

Anspruchsvoll



Zutaten

für 4 Personen

1	Lunge vom Schweizer Kalb, vom Metzger gut parieren lassen
1	Herz vom Schweizer Kalb, vom Metzger gut parieren lassen
2 Bund	Suppengemüse
1	Lorbeerblatt
0.5 Bund	Thymian
1 Bund	Frühlingszwiebeln
2 dl	Rahm
0.5	Zitrone, Saft und abgeriebene Schale
0.25 l	Weisswein, am besten Walliser Fendant
30 g	Salz
	Muskat
	Pfeffer
2 EL	Mehl
2 EL	Butter

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

617	kcal
51 g	Eiweiss
13 g	Kohlenhydrate
35 g	Fett

enthält Gluten

enthält Laktose

Zubereitung

1. Aus dem Suppengemüse und ca. 2 l Salzwasser mit einem Lorbeerblatt eine kräftige Gemüsebrühe zubereiten. Etwa 1-2 Stunden kochen lassen.

2. Darin Herz und Lunge etwa 1 Stunde kochen. Achtung, einen grossen Topf nehmen, denn die Lunge dehnt sich aus! Mit einem Teller oben beschweren damit die Lunge nicht oben auf schwimmt. Entstehenden Schaum abschöpfen.

3 Nach dem Kochen die Lunge etwas pressen (z. B. mit einem Gewicht beschwerten Suppenteller). Nach dem Erkalten in Würfel oder Streifen schneiden, Röhren und ähnliches sollten weggeschnitten werden. Genauso mit dem Herz verfahren.

4 Für die Saucen eine Hälfte Mehl in der erhitzten Butter braun anrösten, die andere Hälfte in einer separaten Pfanne hell in der Butter mischen. Jeweils 1/4 l Brühe mit dem Schneebesen einrühren, aufkochen lassen, dazu einen guten Schuss Fendant geben, Rahm, sowie etwas Thymian und Zitronenschale. Mit Salz, Muskat und Pfeffer abschmecken. Einen Teil der hellen Sauce mit dem Grün der Frühlingszwiebeln fein mixen.

5 Herz in die dunkle Sauce und die Lunge in die helle Sauce geben. Beide nochmals kurz ziehen lassen. Die grüne Frühlingszwiebel-Sauce verleiht dem Gericht einen erfrischenden Touch, dafür etwas davon darüber träufeln.