Suuri Läberli mit roten Zwiebeln und Aceto balsamico

Meine Wahl.

Gesamtzeit: 40 min

Aktivzeit: 40 min

Mittel



Zutaten

für 4 Personen

600 g	Leber vom Schweizer Schwein
3	rote Zwiebeln
3 Zweige	Thymian
40 g	Butter
1 EL	Mehl
2 dl	Kalbsfond
1 dl	Rotwein
1 EL	Aceto balsamico
	Zucker
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle

Nährwerte

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

431	kcal
38 g	Eiweiss
22 g	Kohlenhydrate
19 g	Fett

Glutenfrei

Laktosefrei

Zubereitung

1. Die Leber kurz vor dem Zubereiten mit Küchenpapier gut abtrocknen und in Streifen schneiden. Zwiebeln schälen und ebenfalls in Streifen schneiden. Thymian von den Stielen zupfen.

2. Butter in einer Bratpfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen. Mehl auf einen Teller geben, die Leberstreifen leicht darin wenden und in die heisse Butter geben. Während 3–4 Minuten unter vorsichtigem Wenden braten. Aus der Pfanne nehmen und warm halten.

3. Zwiebeln in die Pfanne geben und glasig dünsten. Thymian zugeben, mit Kalbsfond und Rotwein ablöschen und 5–6 Minuten kochen lassen, bis die Zwiebeln weich sind.

4. Die Leber wieder in die Sauce geben, Aceto balsamico dazugeben und nochmals 2–3 Minuten kochen lassen. Mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen.

5 Auf vorgewärmte Teller geben und sofort servieren.

Dazu passt ein grüner Salat mit leichter Zitronenjoghurtsauce und Rösti.