

## Zubereitung

# Kalbsleber richtig anbraten

 Gesamtzeit: 15 min     Aktivzeit: 15 min     Einfach

Leberli solltest du auf keinen Fall zu lange braten, sonst werden sie zäh. Für gute, saftige Leberli brauchst du grosse Hitze. Darum ist es wichtig, das Fleisch portionsweise anzubraten und während dem Braten nicht zu viel in der Pfanne zu rühren.

## 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

## 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.



4

Mit Salz und Pfeffer würzen und sofort servieren.

Dazu passt Rösti oder ein knackiger Salat.

### **Kann Schweizer Fleisch rückverfolgt werden?**

Ja, denn Qualitätssicherung wird bei Fleisch aus der Schweiz grossgeschrieben. Dazu gehört auch die Rückverfolgbarkeit bei Schweizer Fleisch vom Teller bis zum Hof

**Mehr erfahren**