

Martina & Moritz | Kalbsnieren in Senf-Sauce

 happy-mahlzeit.com/2021/09/12/martina-moritz-kalbsnieren-in-senf-sauce

Zutaten für 4 Personen:

- 2 Kalbsnieren, ca. 400 – 500 g
- 2 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 3 – 4 Petersilienzweige
- 2 EL Öl
- 1 EL Butter
- 2 – 3 gehäufte EL Senf, nach Belieben extra scharfer Dijon-Senf oder milder körniger Senf
- 100 g Crème fraîche oder Sahne
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

Die Nieren sorgsam putzen; die weiße Haut, die sie umschließt, abziehen, die Nieren quer in fingerdicke Scheiben schneiden und jeweils die weißen Harnstränge auslösen. Schalotten, Knoblauch und Petersilie fein hacken.

Das Öl in einer Pfanne sehr heiß werden lassen und die Nierenscheiben darin rasch auf beiden Seiten anbraten. Dabei salzen und pfeffern. Darauf achten, dass sie nebeneinander liegen, damit sie Kontakt mit dem Pfannenboden haben und wirklich braten und nicht etwa Saft ziehen. Auf einen vorgewärmten Teller betten und nachziehen lassen.

Butter in der Pfanne zergehen lassen, Schalotten, Knoblauch und reichlich Petersilie darin andünsten. Bevor sie bräunen, den Senf zufügen und mit dem Sud (Fleischsaft), der sich unter den Nierchen auf dem Teller gesammelt hat, ablöschen. Crème fraîche oder Sahne unterrühren und alles zur cremigen Sauce aufkochen.

Zum Schluss die Nierenscheiben darin behutsam erwärmen und sofort servieren.

Rezept: Martina Meuth & Bernd Neuner-Duttenhofer

Quelle: Kochen mit Martina & Moritz vom 7. Dezember 2019

Episode: Küchen-Party – Wir lieben Fleisch