



---

## REZEPTVORSCHLAG

# SÜß-SAURE KALBSNIERE

---

### REZEPT FÜR 4 PERSONEN

#### Zutaten:

- 1 Kalbsniere
- 1-2 Schalotte
- 1 Zweig Rosmarin
- 1 TL Honig
- 50 ml Holundersaft
- 50 ml Rotwein
- 50 ml Apfelsaft
- 50 ml Rotweinessig
- Salz
- frisch gemahlener, schwarzer Pfeffer
- Olivenöl und Butter zum Braten

#### ZUBEREITUNG:

1. Die Niere von der äußeren Fettschicht befreien. Anschließend das sehnige Gewebe auf der unteren Seite herausschneiden. Die Niere in ihre Segmente zerlegen, dabei wiederum sehnige Fettstellen herausschneiden. Jedes Nierensegment noch einmal durchschneiden. Die Schalotte schälen und würfeln.
  2. 2 Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Nieren zusammen mit dem Rosmarin darin 2-3 Minuten goldbraun anbraten. Die Nieren herausnehmen und mit Alufolie bedecken.
  3. Die Schalotten Würfel in derselben Pfanne anbraten. Die Hitze reduzieren, die Schalotten Würfel mit dem Honig kurz karamellisieren und anschließend mit dem Holundersaft, dem Rotwein, dem Apfelsaft, dem Rotweinessig ablöschen.
  4. Den Sud aufkochen und um 2/3 reduzieren. 1 Esslöffel kalte Butter einrühren, die Soße heiß werden lassen, aber nicht mehr kochen. Die Nieren in die Soße legen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sofort servieren.
-