

Aus unserem Buchprojekt finanzkrisenkochbuch.de Schweineleber mit Zwiebeln und Äpfeln

Zutatenliste für 4 Portionen:

- 1000 g Kartoffeln
- Salz
- Öl
- 400 g Zwiebeln
- 200 g Äpfel
- 100 g Möhren
- Milch
- Butter
- Muskat
- Mehl
- 800 g Schweineleber

Zubereitung:

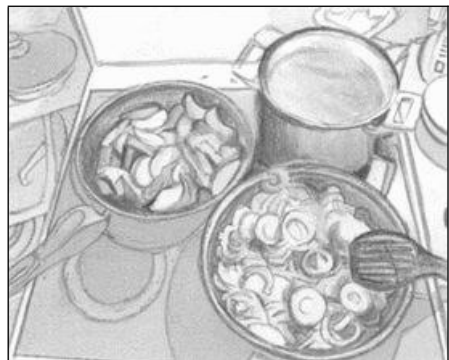
Die Kartoffeln schälen und mit Salzwasser aufsetzen.

Die Zwiebeln in grobe Ringe schneiden, die Äpfel vierteln, entkernen und in Scheiben schneiden. Die Möhren dünn schälen und in Stifte schneiden. Zwei Pfannen mit Öl erhitzen, in der einen erst die Zwiebeln anbraten, dann die Möhren und in der anderen Pfanne die Apfelscheiben anbraten. Etwas Salz drüberstreuen.

Derweil die Leber waschen und mit Küchentuch trocken tupfen. Wenn alles gar ist - lieber bissfest - Zwiebeln und Möhren sowie Apfelscheiben aus den Pfannen in kleine Schüsselchen umfüllen.



Zutaten

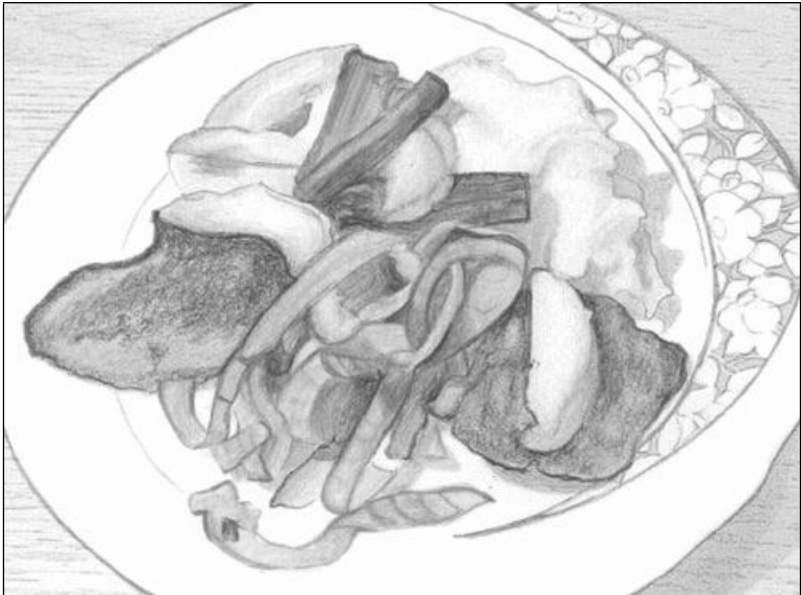


2 Pfannen nehmen

Wenn die Kartoffeln gar sind, abschütten und mit dem Stampfer zu Kartoffelpüree zerstampfen. Milch, Butter und Muskat mit unterstampfen.

Beide Pfannen mit Öl wieder erhitzen. Mehl auf einem Teller verteilen und die Leberstücke erst im Mehl wenden und dann in dem heißen Öl anbraten. Einmal umdrehen mit Salz und Pfeffer würzen. Den Deckel drauf machen und noch ca. 10 Min. schmoren.

Sobald die Leber innen nicht mehr rot, sondern nur noch leicht rosa ist, vom Herd nehmen und sofort servieren. Den Kartoffelpüree, die Schälchen mit Zwiebeln, Möhren und den Apfelscheiben mit auf dem Tisch servieren.



Servierfertig komponiert: lasst es euch schmecken

Tip: Wenn man einen Apfelstecher hat, die Äpfel damit entkernen und Apfelfringe statt Apfelscheiben schneiden.

Vorbereitungszeit:	keine	Kosten pro Portion:	0,85 €
Zubereitungszeit:	60 Min.	Kalorien pro Portion:	686
Schwierigkeitsgrad:	mittel	K: 59g	F: 30g E: 45g