

Kalb-Leber mit Tomaten-Chutney und Couscous

Für 2 Personen

2 Kalbslebern, a 150 g	150 g Couscous	300 g Tomaten
4 Schalotten	2 Äpfel, klein	1 Knolle Ingwer
1 rote Chilischote	1 EL Senfsamen, braun	2 Nelken
1 Stange Zimt	1 Lorbeerblatt	2 TL Kreuzkümmel
2 TL Koriander, gemahlen	2 Zweige Koriander	1 Prise Asafötida
2 EL Zucker, braun	50 g Mehl	Butterschmalz
Butter	Olivenöl	Salz
Pfeffer, schwarz		

Die Leber waschen und trocken tupfen. Anschließend im Mehl wenden und das überschüssige Mehl abklopfen. Eine Pfanne mit Olivenöl und Butter erhitzen. Die Leber darin bei mittlerer Hitze von allen Seiten anbraten. Anschließend kurz vor Ende der Bratzeit mit Salz und Pfeffer würzen. Für das Chutney zunächst das Schmalz in einer Pfanne erhitzen. Sobald es richtig heiß ist, die Senfsamen einfüllen, sofort einen Deckel auflegen, damit sie nicht herauspringen. Den Ingwer schälen und fein reiben. Den Ingwer, die ganze Chilischote und die Zimtstange zugeben und kurz mitrösten. Anschließend die Chilischote und die Zimtstange wieder entfernen. Den Kreuzkümmel, die Nelken und das Lorbeerblatt zufügen, wieder kurz rösten und anschließend entfernen. Nun den gemahlenen Koriander und Asafötida einrühren. Tomaten darauf gießen, gründlich umrühren, kochen lassen und dabei immer wieder rühren. Zum Schluss einen Teelöffel Salz und zwei Esslöffel braunen Zucker einrühren. Weiter kochen und rühren, damit das Chutney dickflüssiger wird. Den Couscous mit heißem Wasser übergießen und quellen lassen. Währenddessen die Schalotten abziehen und in feine Ringe schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Schalotten darin anbraten. Die Äpfel schälen, vom Kerngehäuse befreien und raspeln. Wenn die Schalotten anfangen zu bräunen, die Apfelraspel dazugeben und weiter anbraten. Die Korianderzweige zupfen, hacken und dazugeben, alles mit dem Couscous vermischen. Mit Pfeffer, Salz und etwas Butter abschmecken. Die Leber zusammen mit dem Couscous und dem Chutney auf Tellern anrichten und servieren.

Lutz Feldmann am 20. September 2010