

# Kalb-Leber mit Polenta und Möhren-Zucchini-Spaghetti

**Für zwei Personen**

**Für die Leber:**

300 g Kalbsleber	2 Gemüsezwiebeln	1 Bund glatte Petersilie
100 ml Kalbsfond	2 EL Butter	4 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

**Für die Polenta-Schnitten:**

125 g instant Polenta	40 g Butter	1 TL Meersalz
-----------------------	-------------	---------------

**Für die Möhren-Zucchini-Spaghetti:**

2 Möhren	1 Zucchini	20 g Butter
2 Zweige Oregano	Muskatnuss	Salz, Pfeffer

**Für die Leber:**

Die Leber in Scheiben oder Stücke schneiden. Gemüse-Zwiebeln abziehen und in dünne Ringe schneiden. Die Hälfte der Petersilie sehr fein hacken. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und Butter zerlaufen lassen. Zwiebelringe und die gehackte Petersilie in die Pfanne geben und bei milder Hitze so lange dünsten lassen bis die Zwiebeln glasig sind.

Kalbsfond aufgießen und die Temperatur der Herdplatte erhöhen. Leber kurz scharf anbraten, auf die gedünsteten Zwiebeln legen und circa 3-4 Minuten garen lassen, dabei einmal umdrehen. Leber mit Salz und frischem Pfeffer aus der Mühle würzen. Abschließend die restliche gehackte Petersilie über die Leber streuen.

**Für die Polenta-Schnitten:**

Einen halben Liter Wasser, Meersalz und die Hälfte der Butter zum Kochen bringen. Polenta mit dem Schneebesen einrühren und bei geringer Hitze unter gelegentlichem umrühren 10 Minuten quellen lassen.

Die Masse 1,5-2 cm dick auf eine Platte streichen und erkalten lassen.

Mit einem Ausstecher Kreise ausstechen. Butter in der Pfanne erhitzen und etwas bräunen lassen. Polenta Kreise in der Butter durchschwenken.

**Für die Möhren-Zucchini-Spaghetti:**

Möhren schälen und die Zucchini waschen.

Mit einem Spiral-Schneider aus den Möhren und den Zucchini Spaghetti herstellen. Butter in der Pfanne schmelzen lassen und zuerst die Möhren in die Pfanne geben. Nach circa 3-4 Minuten die Zucchini dazu geben und beides noch bissfest garen. Den frischen Oregano fein hacken.

Pfeffer, Salz und Abrieb der Muskatnuss dazugeben und den gehackten Oregano darüber streuen. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Sarina Kuschke am 13. April 2021