

Lebertopf auf Reis



Lebern mit Gemüse in Sauce

Ein Innereiergericht, bei dem ich einige Gemüseprodukte verwertet habe, wie Paprika und Kohlrabi. Schärfe bekommt das Gericht durch das Ingwer- und Bih-Jolokia-Pulver. Zu scharf wird es dadurch nicht, bekommt aber dennoch eine gute, angenehme Schärfe. Aber der eigentliche Geschmack des Gerichts kommt vom getrockneten Oregano. Die Sauce wird dann mit etwas Mehl gebunden, wodurch der Lebertopf noch runder und schmackhafter wird. Wichtig ist nur, die Leberstücke nicht zu lange zu garen, denn ein paar Minuten zu lang gegart und sie werden staubtrocken.

Zutaten für 1 Person:

- 200 g Hähnchenlebern
- $\frac{1}{2}$ Paprika
- $\frac{1}{2}$ Kohlrabi
- 2 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen

- 1 Lauchzwiebel
- 300 ml Gemüsefond
- 2 Lorbeerblätter
- $\frac{1}{2}$ TL getrockneter Oregano
- $\frac{1}{2}$ TL Ingwerpulver
- 1 Messerspitze Bih-Jolokia-Pulver
- 1 EL Mehl
- Salz
- Pfeffer
- Butter

- Basmatireis

- Wurzelgrün

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 40 Min.

Lebern von Fett und Sehnen befreien und in grobe Stücke schneiden. Paprika und Lauchzwiebeln putzen, Paprika in grobe Stücke und Lauchzwiebel in Ringe schneiden. Kohlrabi, Schalotten und Knoblauchzehen schälen, Kohlrabi und Schalotten auch in grobe Stücke schneiden, Knoblauch kleinschneiden.

Leberstücke in etwas Mehl wenden. Butter in einem Topf erhitzen und die Leberstücke darin höchstens eine Minute anbraten. Sie sollen innen noch rosé sein, denn sie werden am Schluss in dem Lebertopf nur noch kurz erhitzt. Herausnehmen und auf einen Teller geben. In der gleichen Butter Schalotten, Lauchzwiebel und Knoblauch anbraten. Paprika und Kohlrabi hinzugeben. Unter Rühren einige Minuten kräftig anbraten. Mit Fond ablöschen. Oregano, Ingwer- und Bih-Jolokia-Pulver und Lorbeerblätter hinzugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Zugedeckt bei geringer Temperatur 15 Minuten köcheln lassen. Danach ohne Deckel 20 Minuten auf etwa die Hälfte der Sauce reduzieren. Die Sauce mit einem halben Esslöffel Mehl binden und abschmecken. Leberstücke hineingeben und in der Sauce nur noch einige Minuten erhitzen.

Währenddessen Basmatireis nach Anleitung zubereiten. Reis in

einen tiefen Teller geben, von dem Lebertopf mit Sauce darüber verteilen, mit etwas Wurzelgrün garnieren und servieren.