

Traditionell



Züri Gschnätzlets

Vor- und zubereiten: ca. 35 Min.

Bratbutter zum Braten

400 g Kalbfleisch (z. B. Nuss), vom Metzger in ca. 1 cm breite Streifen geschnitten

200 g Kalbsnierli (siehe Hinweis), vom Metzger in ca. 1 cm breite Streifen geschnitten

wenig Mehl zum Bestäuben

½ Teelöffel Salz

wenig Pfeffer aus der Mühle

Bratbutter zum Braten

1 kleine Zwiebel, fein gehackt

200 g Champignons, in feinen Scheiben

1 Teelöffel Zitronensaft

1 dl Weisswein

2 dl Rahm

1 dl Fleischbouillon

1 Esslöffel Maizena

Salz, Pfeffer, nach Bedarf

1 Bund glattblättrige Petersilie, fein gehackt

1. Ofen auf 60 Grad vorheizen, Platte und Teller vorwärmen. Bratbutter in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Fleisch und Nierli portionenweise begeben, mit Mehl bestäuben, ca. 3 Min. braten, herausnehmen, würzen, warm stellen. Hitze reduzieren, Bratfett auf tupfen.

2. Bratbutter in derselben Pfanne warm werden lassen. Zwiebel andämpfen, Champignons mit Zitronensaft mischen, begeben, ca. 2 Min. mitdämpfen.

3. Wein dazugießen, bei mittlerer Hitze einköcheln. Rahm, Bouillon und Maizena gut verrühren, dazugießen, aufkochen. Hitze reduzieren, ca. 3 Min. köcheln, bis die Sauce sämig ist, würzen. Fleisch, Nierli und die Hälfte der Petersilie begeben, nur noch heiss werden lassen. Geschnetzeltes auf Platte anrichten, mit restlicher Petersilie bestreuen.

Hinweis: Die Nierli können auch durch 200 g Kalbfleisch ersetzt werden.

Dazu passt: Rösti.

Pro Person: 26 g Fett, 33 g Eiweiss, 6 g Kohlenhydrate, 1650 kJ (395 kcal)

Züri Gschnätzlets

Tina Turner, Al Gore und Roy Hodgson – alle drei kennen und lieben Züri Gschnätzlets. Wie dieses Gericht zur Zürcher Spezialität und weit über die Landesgrenzen hinaus bekannt wurde, erfahren Sie auf unserer Website!

www.bettybossi.ch

www.bettybossi.ch/links/zuerich