

Rindszunge mit Kapernsauce

Für 4 Personen

Zutaten

- 1 kg Rindszunge
- 2 Lorbeerblätter
- 5 Nelken
- etwas Knollensellerie
- 1 Karotte
- ½ Lauchstange

Für die Sauce:

- 1 EL Weissmehl
- 1 dl Weisswein
- 0,5 dl Kochsud von der Zunge
- 2 dl Rahm
- 1 kleine Zwiebel
- 2 EL Kapern, gründlich gewässert
- Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft



heimisch


Mehr Infos zum Projekt unter
www.heimisch-zh.ch

Zubereitung

1. Die Zunge gut unter kaltem Wasser waschen. In einer grossen Pfanne Wasser mit den Lorbeerblättern, Nelken, Pfefferkörnern, Lauch, Karotte und Sellerie aufkochen. Sobald es kocht, die Zunge einlegen und die Hitze reduzieren.
2. Die Zunge knapp unter dem Kochpunkt des Wassers während 2,5 bis 3 Stunden ziehen lassen.
3. Zunge aus dem Sud heben und abkühlen lassen. Sobald sie lauwarm ist die Haut abziehen und zurück in den Sud legen.

Sauce:

1. Butter in die Sauteuse auslassen und danach Mehl dazu geben. Mit dem Weisswein ablöschen und mit einem Schwingbesen gut rühren. Wein einkochen lassen und danach Kochsud dazugeben.
2. Zwiebel halbieren, in die Sauce geben und das Ganze ca. eine halbe Stunde köcheln. Mit Rahm, Salz und Pfeffer sowie Zitronensaft abschmecken.
3. Zum Schluss die Kapern dazu geben.

**Jetzt
ausprobieren**

Projektpartner:



**GUT, GIBT'S DIE
SCHWEIZER BAUERN.**
www.landwirtschaft.ch

