

Geflügel Rezepte

Geflügelleber Kalorienarm

Anzahl: 6 Portionen

Gattung: Vorspeisen, Brot, Aufstrich, Italien, Diät, Party, Geburtstag

250 g	Hühnerleber (Hähnchenleber)		Frisch gemahlener schwarzer
	Pflanzenöl zum Braten		-Pfeffer
1	Stange Staudensellerie	1 Essl.	Gehackte Kapern
1/2	Gehackte Zwiebel	2 Essl.	Geflügelbrühe
4	Essl. Trockener Weißwein	6	Scheibe Brot ohne Kruste
	Salz		(Oder Eiweißbrot)

Die Hühnerlebern feinhacken. Einen Esslöffel Öl in einer schweren Pfanne erhitzen, den kleingehackten Sellerie und die Zwiebel darin bei schwacher Hitze braten.

Den Wein zugießen und solange kochen, bis alle Flüssigkeit verdunstet ist. (Danach ist auch der Alkohol verdunstet)

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Kapern zugeben, weitere 10 Minuten unter Rühren kochen, dabei etwas Geflügelbrühe zugießen.

Abkühlen lassen und im Mixer pürieren oder durchpassieren. Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die Brotscheiben darin von beiden Seiten goldbraun rösten, anschließend gut abtropfen lassen.

Die Leberpaste daraufstreichen und das Brot in Dreiecke oder schmalen Streifen schneiden.