



Knackig und auf ganz eigene Weise zart: kurzgebratenes Kalbsherz mit Pfifferlingen. (Zürich, 6/2013)

KALVHJÄRTA MED KANTARELLER

Kalbsherz in Scheiben kurz gebraten, mit gedünsteten Pfifferlingen

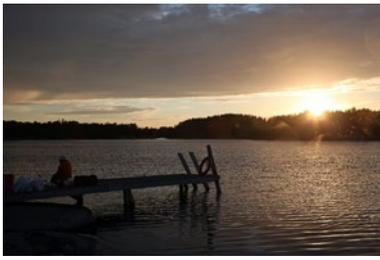
Der schwedischen Name mag ein wenig irritieren bei einem Gericht, das eine Episode begleitet, die in Finnland geschieht. Allerdings stakse ich da in Åland durchs Seichte – einer Inselgruppe zwischen Schweden und Finnland, die weitgehend autonom ist und in der Schwedisch als einzige Amtssprache gilt.

Im Grunde bräuchte man für dieses Rezept natürlich das Herz eines Hirsches, eines Rehs oder auch eines Rentiers. Wildherzen sind bei uns nur vom Jäger direkt zu beziehen, der sie allerdings meist entsorgt. Und die kleinen, oft knappe 200 g schweren Rentier-Herzchen sind außerhalb der nordischen Länder leider kaum zu bekommen. Selbst vor Ort werden sie meist nur geräuchert angeboten. Stößt man auf ein Rentierherz, in welcher Form es auch sei, so sollte man, wie immer in Herzensangelegenheiten, natürlich sofort zugreifen. Geräuchert hat das Rentierherz eine feine, fast seidige Konsistenz und ein Fleischaroma, das ein wenig an einen mageren Speck erinnert. Da frisches Rentierherz kaum zu organisieren ist, habe ich das Rezept für Kalbsherz entwickelt, das etwas feiner ist und etwas heller als das von mir ebenfalls sehr geschätzte Rinderherz. Leichter kann man sich in



Der Untergrund | «Dass mich das Wechselspiel von Untergrund und Oberstübchen gerade hier und jetzt so beschäftigt, ist kein Zufall: Das Westufer der Seepassage Ekboleviken ist sehr flach und lädt so zu Spaziergängen durchs Wasser ein. Es ist Sommer und so warm, dass ich meine Füße gerne in dem kühlen Meer erfrische. Außerdem muss man sich in dem Nordwasser...»

Das auf diesen Seiten vorgestellte Rezept entstand in Zusammenhang mit der hier zitierten Episode vom 31. Juli 2020.



Es gibt vermutlich hässlichere Orte, um eine Pfanne mit selbst gesammelten Pfifferlingen zu essen, als ein Bootsanlegesteg in Åland, hier auf der Insel Föglö. (8/2012)



Der Stolz des unkundigen Sammlers: Pfifferlinge in der Open-Air-Küche auf Föglö – je weniger man dazutut, desto besser.



Geräuchertes Herz vom Rentier ist eine Delikatesse, die man im Norden da und dort bekommt. Ein frisches Herz habe ich mir leider noch nie organisieren können.

FÜR 2 PERSONEN

250 g Kalbsherz in etwa fingerdicken Tranchen

1 EL Olivenöl für die Pfifferlinge

200 g Pfifferlinge, gereinigt, größere Exemplare etwas auseinandergezupft

3 EL Grün von Frühlingszwiebel, in feineren Ringen

Etwas Salz für die Pfifferlinge

Etwas Pfeffer für die Pfifferlinge

1 TL Bratöl für das Anbraten des Fleisches

Etwas Salz für das Herz

Etwas Pfeffer für das Herz

ganz Europa die zweite Hauptzutat für dieses Gericht besorgen: Pfifferlinge haben etwa von Juni bis Oktober bei uns Saison und können selbst von Zeitgenossen wie mir, die in Sachen Pilz vollkommen unkundig sind, leicht selbst gesammelt werden – ist es doch kaum möglich, sie mit anderen, mit giftigen Pilzen zu verwechseln. Natürlich bieten auch die meisten Lebensmittelgeschäfte Pfifferlinge an. Meist stammen sie aus Ländern, die früher hinter dem Eisernen Vorhang lagen, aus Polen, Tschechien, Slowenien oder der Ukraine etc.

Selbst gefundene Pilze habe ich jeweils mit etwas Küchenpapier sauber getupft und gerieben. Professionelle Pilzer verwenden vermutlich einen Pinsel, um ihre Funde zu reinigen. Von der Pilzhandlung R. + W. Stäger auf dem Zürcher Bürkliplatz-Markt habe ich den folgenden Hinweis bekommen, wie vor allem auch kleinere Pfifferlinge gut zu waschen seien: Pilze in ein Salatsieb geben, kräftig mit Mehl bestäuben, sorgfältig wenden, Mehl mit Wasser abbrausen, trockentupfen. So haben ich es mit klitzekleinen Pfifferlingen aus Spanien gemacht und es hat ziemlich gut funktioniert. Allerdings waren die Pilze dann doch etwas feucht und haben beim Dünsten ziemlich viel Wasser abgegeben.

Hat man die zwei Hauptzutaten Herz und Pilz erst einmal besorgt, dann steht das Essen schon halb auf dem Tisch, denn je weniger man den beiden Delikatessen antut, desto besser. Die Pfifferlinge sollte man auf keinen Fall überwürzen, sonst geht ihr leicht pfeffriges, buttriges und fruchtiges (eine Mischung aus Orange und Pfirsich) Aroma verloren. Und das Herz darf man nicht zu sehr grillen oder braten, sonst wird es hart wie Leder. Rosa gebratenes Herz hat eine einzigartige Konsistenz, die sich mit keinem anderen Fleisch vergleichen lässt: Es hat einen gewissen Biss, wie ein gut abgehangenes Steak, ist feucht und doch nicht nass wie ein blutiges Entrecôte, feinfaserig und – man kann es kaum anders sagen – auf eine feste Art sehr zart. Also passt das Herz auch gut zu dem knackigen Körper der Pfifferlinge.

Zubereitung (Kochzeit 10 Minuten)

1 | Fleisch wenigstens eine Stunde vor dem Essen aus dem Kühlschrank nehmen.

2 | Olivenöl in einer Pfanne erwärmen, Pilze begeben und 3–5 Minuten bei mittlerer Hitze dünsten. Das Grün der Frühlingszwiebeln begeben, etwas Salz und wenig schwarzen Pfeffer darüber streuen, nochmals 5 Minuten dünsten. *Die genaue Kochzeit der Pilze hängt essentiell von ihrer Größe ab.*

3 | Eine Grillpfanne oder eine nicht beschichtete Stahlpfanne stark erhitzen. Fleisch beidseitig mit wenig Bratöl einstreichen und 3 Minuten je Seite braten. Leicht mit Salz und Pfeffer bestreuen. *Die Bratzeit hängt von der verwendeten Pfanne ab. Eine Grillpfanne überträgt die Hitze wegen der Rillen weniger schnell auf das Fleisch als eine Pfanne, in der die Fasern direkt auf dem heißen Metall aufliegen – noch einmal anders ist die Situation auf einem richtigen Grill, der ja ganz unterschiedlich heiß sein kann.*