

Kebab Bärg

Gericht von Mohamade Rezvani,
gekocht von Esther C. Graf

Zutaten für 4 Personen,
Kochzeit ca. 2 Stunden

600 g Kalbsoressen
3 – 4 Tomaten
1 Esslöffel Safranfäden
3 Esslöffel Zitronensaft
1/2 Kaffeelöffel Salz
ein wenig Zucker
Oel

Fleisch in wenig Oel anbraten, mit Salz würzen. Mit 3 Esslöffel Zitronensaft ablöschen und bei kleiner Hitze nochmals mit wenig Salz abschmecken.

1 Esslöffel Safranfäden mit



1/2 Teelöffel Zucker zerstoßen (mit Teelöffel zerdrücken), mit wenig Wasser vermengen und spärlich über das Fleisch giessen. Tomaten in 1/2 cm dicke Scheiben schneiden und lagenweise über das Fleisch schichten, mit wenig Salz würzen.

Pfanne mit Deckel schliessen und Fleisch weich dämpfen (auf kleinem Feuer), ca. 2 Stunden lang.

Mit Reis und Ratatouille servieren.

En Guete