Geröstete Leberwurst auf Pumpernickel

Zutaten / 4 Portionen

1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
1 EL	Olivenöl
250 g	feine Kalbsleberwurst
1 Pkg.	Pumpernickel, kleine Scheiben
	Salz, Pfeffer
1 Bund	Petersilie

Zubereitungszeit: 30 Min.

Zubereitung:

- Zwiebel und Knoblauchzehe abziehen und beides sehr fein würfeln.
- Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin andünsten.
- Kalbsleberwurst in die Pfanne geben, unter die Zwiebel-Knoblauchwürfel mischen und kurz anrösten. Vorsicht, die Pfanne darf nicht zu heiß werden.
- Wurst mit Salz und Pfeffer abschmecken, abkühlen lassen und in einen Spritzbeutel füllen.
- Die Pumpernickelscheiben bereit legen und die abgekühlte Leberwurst auf die Scheiben spritzen.
- Petersilie waschen, trockentupfen und die Blättchen abzupfen. Die Leberwursthappen damit garnieren und servieren.

Tipp:

Fügt man der Leberwurstmasse einen Löffel Crème fraîche hinzu, wird diese noch cremiger. Man kann anstelle der feinen Kalbsleberwurst auch regionale Streichwurstspezialitäten für die herzhaften Pumpernickel-Happen verwenden.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion 173 g

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
231 kcal	13,9 g	16,9 g	7,6 g	48,4 mg