



Tafelspitz mit Blaubeermeerrettichsauce

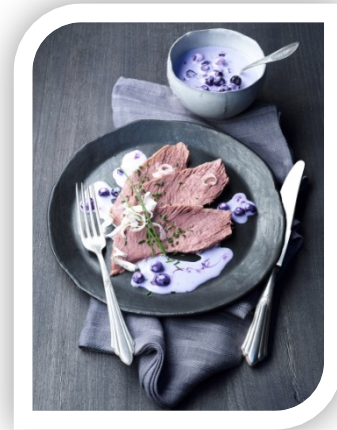
Zutaten für 4 Personen:

Rindertafelspitz

1,2 kg Rindertafelspitz
130 g Zwiebeln
1 Bund Suppengemüse
(Möhre, Sellerie, Lauch,
Petersilie)
20 bunte Pfefferkörner
1 Lorbeerblatt
2 Nelken
4 Pimentkörner
1 Prise Muskatnuss
1 Knoblauchzehe
2 TL Salz

Blaubeer- Meerrettichsauce

1 Schalotte
40 g Butter
20 g Weizenmehl
800 ml Tafelspitzfond
200 ml Sahne
150 g wilde Blaubeeren
aus Kanada (tiefgefroren)
Salz, Pfeffer
Abrieb einer halben
unbehandelten Zitrone
5 EL Meerrettich (aus
dem Glas)
1/2 Bund Schnittlauch



Zubereitung:

1. Fleisch abwaschen. 4 Liter Wasser in einen Topf geben, Tafelspitz einlegen und zum Kochen bringen. Den sich bildenden Schaum mit einer Schaumkelle abnehmen. Hitze so weit reduzieren, dass die Oberfläche sich nur leicht bewegt und 2,5 Stunden leicht köcheln lassen. Zwiebeln mit Schale halbieren und die Schnittflächen schwarz anbraten. Gemüse putzen und in Stücke schneiden. Nach 1 Stunde Kochzeit den Knoblauch zerdrücken und mit den restlichen Gewürzen, den Zwiebeln und dem klein geschnittenen Gemüse zum Fleisch geben.
2. Das Fleisch aus dem Fond nehmen und zur Seite stellen. Brühe durch ein mit einem Passiertuch (oder ausgewaschenen Geschirrtuch) ausgelegtes Sieb gießen.
3. Schalotte schälen, fein würfeln und bei mittlerer Hitze mit der zerlassenen Butter glasig andünsten. Das Mehl für 5 Minuten farblos mitschwitzen lassen. Tafelspitzfond zugießen, aufkochen und 100 g Blaubeeren zugeben. Sahne einrühren und 20 Minuten bei mäßiger Hitze köcheln lassen. Sauce pürieren und durch ein Sieb geben. Mit Salz, Pfeffer und dem Zitronenabrieb abschmecken. Meerrettich und die restlichen Blaubeeren unterrühren.
4. Den Tafelspitz in Scheiben schneiden, in den restlichen Fond legen und erwärmen. Tafelspitz anrichten, mit der Blaubeer-Meerrettichsauce begießen und mit klein geschnittenen Schnittlauchröllchen bestreuen.

Tipp: Der Tafelspitz lässt sich hervorragend am Vortag vorbereiten. So kann das Fleisch auskühlen und lässt sich besser in Scheiben schneiden.

Zubereitungszeit: 40 Minuten

Garzeit: 2,5 Stunden

Nährwerte pro Portion ca.:

Energie: 743 kcal / 3110 kJ

Kohlenhydrate: 11,1 g

Eiweiß: 62,3 g

Fett: 50,3 g