

So wird's g'macht

Kalb Tafelspitz (sanft gegart) mit gebratenen Möhren/Kartoffeln und Bayerischer Meerrettich Creme oder Dip

Zutaten:
2 Zwiebeln
1 Knoblauchzehe
1 Thymianzweig
1 Rosmarinzweig
1 kg Kalb Tafelspitz
Salz
Pfeffer
10 ml Bratöl
1 Lorbeerblatt
Kräuter nach Verfügung
20 ml Olivenöl

Zutaten:
1-2 Bund Möhren
600 g kleine Kartoffeln
Salz
Pfeffer
etwas Bratöl
etwas Olivenöl

Zutaten:
1 sehr frisches Ei
2 TL Zitronensaft
4-6 EL Bayerischer Meerrettich
z.B. Schamel
¼ TL Salz
8 EL Rapsöl
2 EL Creme fraiche

Alle Zutaten bei gleicher Temperatur verarbeiten.

Kalb Tafelspitz

Zubereitung:

Zwiebeln und Knoblauchzehe abziehen und grob würfeln. Die Kräuter waschen. Den Tafelspitz salzen und rund herum von allen Seiten im heißen Öl ca. 3-4 Minuten anbraten und anschließend auf ein Backblech mit Kräutern legen. Mit Lorbeer, Thymian, Rosmarin, Knoblauch und Zwiebeln belegen. Etwas Olivenöl darüber gießen und im vorgeheizten Backofen bei 100 °C Ober-/Unterhitze ca. 1 Stunde garen (das Fleisch sollte eine Kerntemperatur von ca. 60 °C rosa haben. Wer es mehr durch möchte, arbeitet bei einer

Kerntemperatur bei 65 °C). Wer kein Thermometer hat, kann sich mit einer langen Nadel behelfen, der Fleischsaft sollte klar sein. Die letzten 5 Minuten die Temperatur auf 200 °C stellen und den Tafelspitz noch etwas bräunen lassen.

Wichtig: Das Fleisch nicht kühlfrank kalt in die Pfanne legen. Mindestens 1 Stunde Zimmertemperatur annehmen lassen. Fleischthermometer gibt es schon zum kleinen Preis in Ihrem Haushaltswarengeschäft.

Gebratene Möhren-Kartoffeln

Zubereitung:

Die Möhren und Kartoffeln waschen und schälen und im Dampfgarer bei 100 °C fast fertig garen. Wer keinen Dampfgarer hat, kocht die Kartoffeln als Pellkartoffeln vor und gart die Möhren

im Topf über Dampf. Kartoffeln pellen, Pfanne erhitzen und die Möhren und die Kartoffeln in die Pfanne geben und braun anbraten. Salzen, pfeffern und zum Kalb Tafelspitz servieren.

Meerrettich-Creme

Zubereitung:

Das Ei in ein schmales hohes Gefäß geben, ebenso den Zitronensaft, Meerrettich, Salz und das Rapsöl. Den Pürierstab eintauchen und langsam vom Boden nach oben ziehen. Es entsteht eine leicht feste Creme. Nun in eine Schüssel umfüllen und 2 EL Creme fraiche darunterheben. Zum Kalb Tafelspitz servieren. Die Creme schmeckt ebenso zu kaltem Braten oder zu hartgekochten Eiern.

Joghurt-Sahne-Creme mit Meerrettich

Vorspeise für 4 Personen:

Zutaten: 200 g Joghurt 10 %, 250 g Sahne, 4-5 Blatt Gelatine, 4 EL Bayerischer Meerrettich von Schamel scharf würzig, Salz, Pfeffer, eventuell ein paar Blüten zum Dekorieren, etwas Salat, z.B. Portulak
Passt sehr gut zu geräuchertem Lachs oder Forelle

Zubereitung:

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen und 5 Minuten ziehen lassen. Die Sahne aufschlagen. Die Gelatine in einen Topf geben und auflösen, den Meerrettich zugeben, löffelweise den Joghurt dazugeben und die Temperatur angleichen, Salzen und Pfeffern. Die geschlagene Sahne darunterziehen. Nun die Masse in Gläschen geben und im Kühlschrank in 4 Stunden fest werden lassen.



Wir bedanken uns beim Küchenstudio Prühäuser für die freundliche Unterstützung