Tafelspitz mit Meerrettich-Sauce und Spargel-Brokkoli-Gemüse

Saftiger und zart geschmorter Tafelspitz

Ein Tafelspitz ist auf dem monatlichen Speiseplan immer gern gesehen.

Der Tafelspitz ist aus dem hintersten Teil des Rindes, kurz vor dem Schwanzstück. Es ist Fleisch zum Schmoren und sollte mindestens 2 Stunden gut geschmort werden. Dann schmeckt er so richtig lecker und lässt sich einfach auseinanderziehen, dass man fast kein Messer benötigt.

Das Kochwasser des Tafelspitz geben Sie einfach durch ein Küchensieb eine Schüssel, sieben somit das Gemüse und die Gewürze heraus und verwenden die Brühe für weitere Zubereitungen wie Suppen oder Saucen.

Die Meerrettich-Sauce bereiten Sie am besten frisch nach dem Grundrezept zu, Sie können auch eine größere Menge zubereiten, denn sie lässt sich in einem Vorratsglas gut einige Wochen im Kühlschrank aufbewahren.

Für 2 Personen:

- 700 g Tafelspitz
- 1 ½ l Wasser
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- ein kleines Stück Ingwer
- ein kleines Stück Meerrettich
- ein Stück Hokkaido-Kürbis
- ein Stück Spitzkohl
- 5 schwarze Pfefferkörner, Pimentkörner und Wacholderbeeren
- 2 Gewürznelken
- 5 Lorbeerblätter
- ein kleines Stück Sternanis
- 1 TL Salz
- Olivenöl

Für die Meerrettich-Sauce:

- Grundrezept

Zusätzlich:

- 500 g Spargel
- ½ Brokkoli
- Salz

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 2 ½ Stdn.

Mit frischer Meerrettich-Sauce

Zwiebeln ungeschält in zwei Hälften schneiden.

Restliches Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und grob zerkleinern.

Olivenöl in einem großen Topf erhitzen.

Tafelspitz auf beiden Seiten jeweils einige Minuten kross anbraten.

Gemüse dazugeben.

Gewürze im Ganzen dazugeben. Salz dazugeben.

Mit dem Wasser ablöschen.

Zugedeckt 2 ½ Stunden bei geringer Temperatur schmoren.

20 Minuten vor Ende der Garzeit Brokkoli putzen und in kleine Röschen schneiden. Spargel putzen, schälen und grob zerkleinern. Spargel in einem Topf mit kochendem Wasser 12

Minuten garen.

5 Minuten vor Ende der Garzeit Röschen zu dem Spargel geben und noch 5 Minuten mitgaren. Kochwasser abschütten. Gemüse salzen.

Tafelspitz aus dem Kochwasser nehmen. Auf ein Arbeitsbrett geben und in Scheiben tranchieren.

Auf zwei Teller verteilen.

Meerrettich-Sauce darüber geben.

Spargel-Brokkoli-Gemüse auf die beiden Teller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!