

Langsam gegarter Milchkalbs-Tafelspitz

Zutaten:

Kalbstafelspitz:

1 Kalbstafelspitz (ca. 1 kg)
1 bis 2 TL Öl

Apfelrahmkraut:

1 kleine Zwiebel
500 g Spitzkohl
1 Karotte
Salz
1 kleinere Äpfel (z.B. Elstar)
2 TL Puderzucker
50 ml Weißwein

100 ml Gemüsebrühe
150 g Sahne
1 TL Speisestärke
mildes Chilisalz
1 EL Petersilie (frisch
geschnitten)
1 EL Butter

Bratkartoffeln:

1 kg fest kochende Kartoffeln
Salz
2 bis 3 EL Öl

Anrichten:

1 Stück frische Meerrettichwurzel
Mildes Chilisalz
Petersilie zur Dekoration

Zubereitung:

Kalbstafelspitz:

Den Backofen auf 80°C vorheizen. In die Mitte ein Ofengitter schieben. Den Kalbstafelspitz in einer großen Pfanne im Öl rundherum anbraten. Heraus nehmen, und in eine Auflaufform geben und im Ofen bei 80 °C ca. 4 Stunden rosa durchziehen lassen.

Apfelrahmkraut:

Die Zwiebel schälen und in Würfel schneiden. Vom Spitzkohl die äußeren Blätter und den Strunk entfernen. Die Blätter waschen, trocken schleudern und in Streifen schneiden. Die Karotte putzen und schälen, zuerst in dünne Scheiben, dann in Rauten schneiden. Den Apfel schälen, in Spalten schneiden, entkernen und die Spalten in 3 bis 5 mm dicke Stücke schneiden.

1 TL Puderzucker in eine tiefe Pfanne stäuben, bei milder Hitze hell karamellisieren und den Zwiebel darin anschwitzen. Den Spitzkohl und die Karotten dazugeben und etwas mitbraten.

Mit Weißwein und ablöschen und einköcheln lassen.

Die Brühe angießen und ca. 10 Minuten leicht köcheln lassen.

Die Sahne dazu geben und erhitzen.

Die Speisestärke in wenig Wasser anrühren und nach und nach in das Gemüse rühren bis die Sauce sämig bindet.

Die Apfelstücke unter das Gemüse rühren und erhitzen.

Mit Chilisalz würzen, Petersilie dazugeben und die Butter hineinschmelzen lassen.

Den zweiten Apfel waschen, vierteln, die Kerngehäuse entfernen und in schmale Spalten schneiden.

1 TL Puderzucker in einer Pfanne bei mittlerer Hitze hell karamellisieren. Die Apfelspalten darin von beiden Seiten anschwitzen.

Bratkartoffeln:

Die Kartoffeln waschen, in Salzwasser weich kochen, abgießen, heiß schälen, durchkühlen lassen und in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.. Die Kartoffeln in einer großen Pfanne bei milder Hitze in 1-2 EL Öl auf einer Seite goldbraun anbraten. Wenden, mit Salz, Pfeffer würzen und Petersilie hinzufügen.

Anrichten:

Das Kraut auf warmen Tellern verteilen, den Kalbstafelspitz in Scheiben schneiden, darauf legen und mit Chilisalz bestreuen. Den Meerrettich frisch über das Fleisch raspeln, die Apfelspalten anlegen und mit Petersilie garnieren. Die Bratkartoffeln dazu reichen.

