

Nierenzapfen mit Tomaten-Butter, Kartoffel-Püree, Kohlrabi

Für zwei Personen

Für den Nierenzapfen:

400 g Nierenzapfen Öl Salz, Pfeffer

Für die Tomatenbutter:

125 g weiche Butter 3 Knoblauchzehen 1 Zitrone, Schale
50 g Tomatenmark, dreifach 2 Zweige Thymian Salz, weißer Pfeffer

Für das Kartoffelpüree:

400 g mehligk. Kartoffeln 150 ml Milch 30 g Butter
Muskatnuss Salz

Für die Pankobrösel:

40 g Panko 40 g Butter

Für den Kohlrabi:

1 Kohlrabi, mit Blättern

Für die Béchamelsauce:

20 g Mehl 30 g Butter 200 ml Milch
50 ml Hühnerfond 1 Vanilleschote Piment d'Espelette
Salz weißer Pfeffer

Für den Nierenzapfen:

Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen.

Nierenzapfen (engl. Onglet) parieren. Hier muss insbesondere die Mittelsehne entfernt werden. In einer Grillpfanne das Öl sehr heiß werden lassen, darin das Fleisch kurz von allen Seiten scharf anbraten. In einer feuerfesten Form in den Backofen geben. Garzeit endet, wenn eine Kerntemperatur von 60 Grad erreicht ist. Fleisch in Alufolie wickeln und einen Moment ruhen lassen. Vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Tomatenbutter:

Butter mit dem Handrührgerät so lange aufschlagen, bis sie eine weißliche Farbe annimmt. Knoblauch von den Häuten befreien, fein reiben und zur Butter geben. Thymianblättchen abzupfen, Zitronenschale abreiben und auch hinzugeben, wie auch das Tomatenmark. Alles gut vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Kartoffelpüree:

Kartoffeln schälen, abspülen, in kleine Stücke schneiden und in gesalzenem Wasser weichkochen. Nach ca. 20 Minuten die gegarten Kartoffeln abgießen und abdampfen. Die zimmerwarme Milch hinzufügen, wie auch die Butter. Mit einem Kartoffelstampfer pürieren, mit Salz und frisch geriebener Muskatnuss abschmecken.

Für die Pankobrösel:

Butter auf mittlerer Temperatur schmelzen lassen. Pankomehl in die Butter geben und goldbraun rösten. Dabei hin und wieder umrühren.

Für den Kohlrabi:

Die zarten Blätter des Kohlrabis beiseitelegen, die anderen entfernen.

Kohlrabi schälen, holzige Stellen entfernen, dann in Stifte schneiden.

Etwas Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, in den passenden Dampfgareinsatz die Kohlrabistifte geben, mit etwas Salz bestreuen, alles mit einem Topfdeckel bedecken. Kohlrabi gart in dem aufsteigenden Dampf, das dauert ca. 15 Minuten.

Blättchen waschen, klein schneiden und über den Kohlrabi geben.

Für die Béchamelsauce:

Vanillemark aus der Schote herauskratzen. Butter auf mittlerer Temperatur schmelzen lassen. Mehl hinzugeben und mithilfe eines Schneebesens mit der Butter klumpig verrühren. Diese Masse etwa 5 Minuten auf kleiner Flamme stehen lassen, damit die Sauce später nicht mehlig schmeckt. Dann die Temperatur wieder hochstellen und jeweils kleine Mengen des Fonds mit dem Schneebesen einrühren, sodass keine Klumpen entstehen. Ist die Flüssigkeit verbraucht, einmal aufkochen lassen, denn das Mehl dickt nach. Evtl. mit weiterer Milch auffüllen, bis eine sämige dickliche Konsistenz entsteht. Mit Salz, weißem Pfeffer und Piment d'Espelette abschmecken. Kohlrabi mit der Sauce überziehen.

Volker Schimkus am 15. Januar 2024