

# Kalb-Haxe mit Zitronen-Gremolata, Kohlrabi, Polenta

## Für 4 Personen

### Kalbshaxe:

3 rote Zwiebeln	100 g Karotte	100 g Staudensellerie
1 junge Knoblauchknolle	2 Zimtstangen	1 Kalbshaxe, (2 kg)
Salz	Pflanzenöl	2 EL Tomaten-Ketchup
300 ml Rotwein	400 ml Rinderbrühe	

### Kohlrabi-Salat:

300 g Kohlrabi	3 EL Natur-Joghurt	1 TL scharfer Senf
2 EL Rapsöl	Salz	Pfeffer
2 Spritzer Zitronensaft	3 Zweige Minze	

### Polenta:

400 ml weißer Portwein	250 ml Gemüsebrühe	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	1 EL Butter	60 g Polentagrieß (Maisgrieß)
40 g Parmesan	Salz	Pfeffer

### Zitronen-Gremolata:

2 EL weiße Senfkörner	1/2 Bio-Zitrone	1 Prise Piment-d'Espelette
4 EL Olivenöl		

Für die Kalbshaxe Zwiebeln schälen und achteln. Karotte und Staudensellerie gut waschen und in etwa 2 cm große Stücke schneiden.

Knoblauchknolle inklusive Schale halbieren.

Die Zimtstangen in die Mitte eines Backblechs legen und mit dem Küchenflambierbrenner abflämmen. Dann das Blech mit den Zimtstangen zur Seite stellen.

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Die Kalbshaxe kalt abwaschen, abtrocknen und salzen.

In einem Schmortopf oder Bräter Öl erhitzen und die Kalbshaxe darin von allen Seiten kräftig anbraten. Anschließend herausnehmen.

Zwiebeln, Karotte, Staudensellerie und Knoblauch in den Schmortopf geben und kräftig anrösten. Den Ketchup einrühren und gut mit anrösten.

Den Bratansatz mit dem Rotwein und der Brühe ablöschen und einmal aufkochen lassen.

Die Kalbshaxe und die Zimtstangen zugeben und zugedeckt im vorgeheizten ca. 3,5 Stunden schmoren.

Anschließend die gegarte Kalbshaxe im Schmorfond abkühlen lassen.

Für den Salat Kohlrabi waschen, schälen und in sehr feine Streifen schneiden.

Den Joghurt mit dem Senf und dem Öl in einer Schüssel verrühren, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Die Kohlrabistreifen unter das Dressing mischen, kräftig durchkneten und ca. 10 Minuten marinieren. Dann nochmals abschmecken.

Die Minze abbrausen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen, in feine Streifen schneiden und unter den Kohlrabi-Salat mischen.

Für die Polenta den Portwein in einen Topf geben und sirupartig einkochen. Gemüsebrühe in einem Topf erhitzen.

Schalotte und den Knoblauch schälen, fein würfeln.

In einem Topf Butter schmelzen und Schalotte und Knoblauch darin glasig anschwitzen. Die Polenta zugeben und unterrühren. Die Portweinreduktion und 2/3 der heißen Gemüsebrühe zugeben und die Polenta auf niedriger Stufe ca. 10 Minuten garen, dabei immer wieder umrühren. Evtl. heiße Gemüsebrühe nachgeben. Die Polenta sollte eine cremige Konsistenz haben.

Für die Gremolata-Würzmischung die Senfkörner in einer Pfanne ohne Fett goldbraun anrösten. Dann erkalten lassen. 16. Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und die Schale abreiben. Zitronenabrieb mit den Senfkörnern, Piment d Espelette und Olivenöl in einen Mörser geben und fein zermahlen.

Von der Haxe den Knochen entfernen und das Fleisch entsprechend portionieren.

Den Schmorfond wieder erhitzen, dann durch ein feines Sieb streichen.

Den passierte Schmorfond bis zur gewünschten Bindung einkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Parmesan fein reiben und kurz vor dem Servieren unter die Polenta rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Haxenfleisch auf vorgewärmten Tellern anrichten, die Schmorsauce angießen.

Die Gremolata mit einem Löffel nochmal verrühren und über das Fleisch träufeln.

Den Kohlrabisalat und Polenta dazu anrichten.

Michael Kempf am 13. April 2021