

# Kalb-Rücken, Grünkohl, Kürbis, gebratene Butterkartoffeln

**Für zwei Personen**

**Für den Kalbsrücken:**

2 Scheiben Kalbsrücken, 1,5 cm    1 TL Steakgewürz    2 EL Olivenöl  
Mildes Chilisalz    1 TL neutrales Öl

**Für den Grünkohl:**

500 g Grünkohl    80 ml Gemüsefond    2 TL Sahnemeerrettich  
80 g Sahne    1 Muskatnuss    mildes Chilisalz, Salz

**Für die Kartoffeln:**

200 g festk. Kartoffeln    1 TL glatte Petersilie    1 TL Butter  
1 TL neutrales Öl    Bratkartoffelgewürz    mildes Chilisalz, Salz

**Für den Kürbis:**

4 EL Kürbisstücke    2 EL Kürbis-Flüssigkeit (Glas)    2 TL kalte Butter

**Für den Kalbsrücken:**

Das Fleisch waschen und trockentupfen. Eine große Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen und die Fleischscheiben darin anbraten, bis an der Oberseite Fleischsaftperlen austreten. Wenden und erneut braten, bis Fleischsaftperlen austreten. Die Pfanne vom Herd nehmen. Olivenöl mit Steakgewürz und Chilisalz verrühren und die Fleischscheiben beim Anrichten damit beträufeln.

**Für den Grünkohl:**

Grünkohl putzen, von den harten Stielen zupfen und in kleine Blättchen reißen. Etwa 4 Minuten in Salzwasser bissfest kochen, kalt abschrecken und das überschüssige Wasser ausdrücken. Grünkohl mit Fond und Sahne erhitzen, den Meerrettich hinzufügen und mit Chilisalz und Muskatnuss würzen.

**Für die Kartoffeln:**

Kartoffeln putzen und halbieren. In Salzwasser 10 Minuten weich kochen, auf einem Sieb abgießen und ausdampfen lassen.

Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen und die Kartoffeln auf der Schnittseite darin einlegen. Einige Minuten goldbraun braten, wenden und einige Minuten weiter braten. Die Kartoffeln mit Bratkartoffelgewürz und Chilisalz würzen und die Butter dazugeben. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein schneiden. Zum Schluss mit den Kartoffeln vermengen.

**Für den Kürbis:**

Kürbisstücke je nach Größe ggf. noch etwas kleiner schneiden und in der Einlegeflüssigkeit erhitzen, bis sie fast verkocht ist. Vom Herd nehmen und die Butter hineinschmelzen lassen.

Das Fleisch auf warmen Tellern anrichten, den Grünkohl mit dem Kürbis und der Meerrettichsauce dazugeben und die Kartoffeln außen herum verteilen.

Alfons Schuhbeck am 09. Januar 2019