

# Tafelspitz mit Spinat und Meerrettich-Soße

## Für 4 Personen:

### Für den Tafelspitz:

2.5 kg Tafelspitz	einige Suppenknochen	1 Bund Suppengrün
2 Zwiebeln	1 EL Pfefferkörner	2 Lorbeerblätter
1 Zweig Salbei	1 Zweig Rosmarin	0.5 Bund Petersilie

Salz

### Für die Bouillon-Kartoffeln:

8 festk. Kartoffeln	2 Möhren	0.25 Knolle Sellerie
750 ml Brühe	1 Bund Petersilie	1 EL Butter

Salz

### Für den Spinat:

1 kg frischer Spinat	2 Schalotten	100 ml Sahne
200 ml Brühe	100 ml Weißwein	1 EL Butter
1 Stück Meerrettich	Muskat	Salz

1 Bio-Limette

### Für die pikanten Orangen:

4 Orangen	2 Chili-Schoten	2 Bio-Limetten
Olivenöl	flockiges Meersalz	

## Für den Tafelspitz:

Suppengemüse putzen und in grobe Stücke schneiden. Zwiebeln halbieren und auf den Schnittflächen in einer Pfanne ohne Fett schwarz rösten. Das gibt der Brühe Geschmack und eine schöne Farbe. Die Kräuter mit Küchengarnd zusammenbinden.

Tafelspitz mit den vorbereiteten Zutaten in einen großen Topf geben. Nun kaltes Wasser angießen, bis alle Zutaten knapp bedeckt sind. Alles kräftig aufkochen, dann die Hitze reduzieren. Pfefferkörner und Salz hinzufügen und den Topf verschließen.

Bei mäßiger Hitze etwa 2-2,5 Stunden garen. Je nach Fleisch-Qualität kann sich die Garzeit verkürzen oder verlängern. Um zu prüfen, ob das Fleisch bereits weich ist, kann man es zwi-schendurch anschneiden und probieren.

Die Brühe ist Basis für die Soße und die vorgesehenen Beilagen, lässt sich aber auch als Suppe weiterverwenden.

## Für die Bouillon-Kartoffeln:

Kartoffeln und Gemüse putzen und in mundgerechte Würfel schneiden. Brühe erhitzen und die vorbereiteten Zutaten darin gar kochen. Petersilie säubern und fein hacken und dazugeben, Butter ebenfalls unterrühren. Die Bouillon-Kartoffeln mit etwas Salz abschmecken.

## Für den Spinat:

Den Spinat in grobe Stücke teilen und gut waschen. Meerrettich schälen und reiben.

Weißwein und Brühe in einem Topf erhitzen und mit Meerrettich, Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Nach und nach den tropfnassen Spinat hinzufügen und zusammenfallen lassen.

Sahne hinzufügen und das Gemüse noch 2-3 Minuten bei milder Hitze köcheln lassen. Butter unterrühren und das Gemüse nochmals mit Salz, Muskat und nach Belieben weiterem Meerrettich sowie Limettensaft abschmecken.

## Für die pikanten Orangen:

Orangen bis unter die weiße Haut schälen, dann die Früchte in etwa 0.5 cm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben auf einer flachen Schale auslegen. Limetten gut abwaschen, Schale abreiben

und Saft auspressen. Chili-Schoten von den Kernen befreien und das Fruchtfleisch hacken oder in feine Streifen schneiden.

Orangen leicht salzen und mit Olivenöl und Limettensaft beträufeln. Anschließend Limetteneib und Chili darüber streuen.

**Anrichten:**

Den Spinat mit der Meerrettich-Soße auf Teller geben und darauf Tafelspitz-Scheiben legen. Die Bouillon-Kartoffeln in einer separaten Schüssel dazu servieren. Orangen ebenfalls separat dazu reichen. Als weitere Beilage eignen sich Senffrüchte.

Rainer Sass am 03. Oktober 2021