

Rindfleisch mit Bouillon-Kartoffeln, Spinat, Soßen

Für 4 Personen

Fleisch:

2.5 kg Rinder-Kochfleisch	2 Rinder-Suppenknochen	1 Suppenbund
1 Zwiebel	1 EL Pfefferkörner	2 Lorbeerblätter
Salz		

Kartoffeln:

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

Spinat:

1 kg frischer Spinat	2 Schalotten	200 ml Sahne
200 ml Brühe	1 Zehe Knoblauch	1 EL Butter
Olivenöl	Muskat, Salz	

Meerrettich-Soße:

3 Scheiben Toastbrot	1 Stück frischer Meerrettich	3 EL Sahnemeerrettich
200 ml Brühe	2 EL milder Essig	1 Bund Schnittlauch
1 EL Butter	Salz	

Soße 'Chimichurri':

0.5 Bund glatte Petersilie	0.5 Bund Koriander	1 Frühlingszwiebel
2 Zehen Knoblauch	2 Schalotten	100 ml Olivenöl
100 ml Rapsöl	1 Tomate	1 Chilischote
1 Zweig Oregano	3 Zweige Thymian	1 Limette
Salz		

Petersilienpesto:

2 Bund Petersilie	1 Schalotte	50 g Pinienkerne
1 Zehe Knoblauch	100 ml Olivenöl	100 ml Rapsöl

Fleisch:

Der Klassiker unter den gekochten und gesottenen Fleischstücken ist der Tafelspitz. Das magere und teure Teilstück der Rinderhüfte lässt sich aber sehr gut durch preiswertere Fleischstücke ersetzen. Diese Stücke sind zwar mit Fett und Sehnen durchwachsen, aber wesentlich aromatischer und auch preiswerter als der Tafelspitz. Man kann entweder nur eine Fleischsorte (bevorzugt Schaufelstück, aber auch Bürgermeisterstück, falsches Filet) oder unterschiedliche Teilstücke für das Rezept verwenden.

Das Suppenbund putzen und in grobe Stücke schneiden. Die Zwiebel halbieren und auf den Schnittflächen in einer Pfanne ohne Fett schwarz rösten. Das gibt der Brühe Geschmack und eine schöne Farbe. Siedfleisch, Suppenknochen, Gemüse, Zwiebel, Lorbeer, Pfeffer und etwas Salz in einen großen Topf geben.

Kaltes Wasser angießen, bis alle Zutaten knapp bedeckt sind. Kräftig aufkochen, die Hitze reduzieren und den Topf verschließen. Das Siedfleisch bei mäßiger Hitze etwa 2-2 ½ Stunden garen. Je nach Qualität kann sich die Garzeit auch verkürzen oder verlängern. Das Fleisch zwischendurch anschneiden und probieren.

Die Brühe lässt sich gut als Suppe verwenden und ist zudem Bestandteil einiger Beilagen und Soßen.

Kartoffeln:

Kartoffeln und Gemüse putzen und in mundgerechte Würfel schneiden. Die Brühe erhitzen und

die vorbereiteten Zutaten darin gar kochen. Die Petersilie säubern, fein hacken und in den Topf geben.

1 EL Butter unterrühren und die Kartoffeln mit etwas Salz abschmecken.

Spinat:

Den Spinat gründlich waschen und säubern. Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln. Olivenöl in einer hohen Pfanne oder einem Topf erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin anschwitzen. Nach und nach den Spinat hinzufügen und zusammenfallen lassen. Dabei auch etwas Brühe dazugeben. Wenn der ganze Spinat zusammengefallen ist, die Sahne hineingeben und das Gemüse noch 2-3 Minuten bei milder Hitze köcheln lassen. Den Spinat mit einem Pürierstab grob zerkleinern. Er sollte nicht zu Brei werden. Etwas Butter unterrühren und das Gemüse mit Salz und Muskat abschmecken.

Meerrettich-Soße:

Das Toastbrot entrinden und in kleine Würfel schneiden. Etwas Brühe erhitzen und die Toastwürfel darin zu einem Brei kochen. 3 EL frisch geriebener Meerrettich und die gleiche Menge Sahnemeerrettich unterrühren. Nach Geschmack kann man die Menge an Meerrettich auch verändern. Die Butter unterrühren und nach und nach noch etwas Brühe hinzufügen, bis eine cremige und nicht zu flüssige Konsistenz entsteht. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und zur Soße geben. Mit Salz abschmecken.

Soße 'Chimichurri':

Genaue Mengenangaben sind für diese pikante südamerikanische Kräutersoße kaum möglich. Experimentieren Sie mit Schärfe und den Aromen der Kräuter und Gewürze.

Die frischen Kräuter säubern und die Blätter von den Stielen zupfen.

Die Kräuter grob hacken. Knoblauch und Schalotten häuten und fein würfeln. Die Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden, die Tomate entkernen und das Fruchtfleisch ebenfalls würfeln. Die Chilischote entkernen und hacken. Die vorbereiteten Zutaten in einen großen Mörser geben und kräftig zerstoßen. Dabei die Öle nach und nach dazugeben und alles zu einer dicklichen Paste verarbeiten. Die Masse sollte eher wie ein Pesto und nicht zu flüssig sein. Die Soße mit Salz und etwas Limettensaft abschmecken.

Petersilienpesto:

Petersilie und Knoblauch säubern und grob hacken. Die Pinienkerne ohne Fett in einer Pfanne goldbraun rösten. Alle Zutaten in eine Küchenmaschine geben, die Hälfte Öl dazugeben und alles zu einem Pesto verarbeiten. Dabei weiteres Öl hinzufügen, bis eine sämige Pesto-Konsistenz entsteht. Mit Salz abschmecken.

Anrichten:

Das Fleisch aus dem Topf nehmen und in Scheiben schneiden. Mit den Soßen sowie Petersilienpesto auf flache Teller legen.

Bouillonkartoffeln und Rahmspinat extra in tiefen Tellern servieren.

Rainer Sass am 01. November 2020