

Weißkohl-Möhren-Eintopf mit Kalb-Tafelspitz

Für 4 Personen

650 g Kalbstafelspitz	1 Stange Lauch	1 Zwiebel
2 schwarze Pfefferkörner	1 Lorbeerblatt	2 Sternanis
1 Prise Kreuzkümmel	1 Zweig Thymian	Meersalz
400 g kleine Kartoffeln, fest	600 g Weißkohl	300 g Möhren
1 Bund glatte Petersilie	weißer Pfeffer	

Das Fleisch abtupfen. Lauch putzen, waschen und klein schneiden. Zwiebel schälen und vierteln. In einem großen Topf 1 Liter Wasser, Lauch, Zwiebel, Pfefferkörner, Lorbeerblatt, Sternanis, Kreuzkümmel, Thymian und 1/2 TL Salz aufkochen. Das Fleisch zugeben und darin bei schwacher Hitze ca. 25 Minuten ziehen lassen. Dann das Fleisch aus dem Topf nehmen, zugedeckt warm stellen.

Kartoffeln schälen, wenn nötig halbieren und in der kochenden Brühe ca. 10 Minuten garen.

In der Zwischenzeit Kohl putzen, die äußeren Blätter entfernen. Kohl waschen, halbieren, den Strunk entfernen, dann Kohl klein schneiden. Möhren abbürsten, evtl. schälen und in Scheiben schneiden.

Kohl und Möhren mit in die kochende Brühe geben und weitere ca. 10 Minuten garen.

Petersilie abbrausen, trocken schütteln, fein schneiden.

Fleisch in Scheiben schneiden und nochmals kurz im Eintopf erhitzen (die Brühe darf dann nicht mehr kochen). Brühe mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Eintopf in Suppentassen oder tiefen Tellern anrichten und mit Petersilie bestreut servieren.

Frank Buchholz am 29. Februar 2016