



POLETTO

ITALIENS KÜCHE

Sterneköchin **Cornelia Poletto** zeigt in unserer Serie, wie die leckersten Rezepte aus Bella Italia garantiert gelingen. Zum Sammeln und Genießen!



Einfach ausschneiden und sammeln

FOLGE **94**

Tafelspitz

mit Mostarda (Senfrüchten) und Gemüse





Cornelia Poletto zerteilt das Suppengemüse. Mit den Kräutern bringt es Geschmack in die Brühe und ins Fleisch



Der Clou: In Senfsirup eingelegte Früchte geben der Gemüsesoße eine besondere Note

Tafelspitz

mit Mostarda (Senfrüchten) und Gemüse

SCHWIERIGKEITSGRAD: mittel

ZUBEREITUNGSZEIT: ca. 2 1/2 Stunden

Zutaten (für 4 Portionen):

2 Zwiebeln, 1 Bund Suppengemüse, 2 Tomaten, 2 Knoblauchzehen, 2 Lorbeerblätter, 1 EL schwarze Pfefferkörner, einige Thymianzweige, 1 EL Meersalz, ca. 1,2 kg Tafelspitz, 200 ml Weißwein.

Für das Mostarda-Gemüse: 200 g Möhren, 200 g Knollensellerie, 1 Stange Lauch, 40 g Butter, Meersalz, Pfeffer aus der Mühle, 1 EL Dijonsenf, 1–2 EL milder Weißweinessig, 4 EL Olivenöl, 100 g Mostarda (in Senfsirup eingelegte Früchte) oder süß-sauer eingelegter Kürbis, Zucker.

1 Die ungeschälten Zwiebeln vierteln und in einen großen Topf geben. Suppengemüse putzen, waschen und grob würfeln. Tomaten waschen und in Stücke schneiden. Knoblauchzehen schälen. Alles zu den Zwiebeln geben. Lorbeer, Pfeffer, Thymian und Salz zufügen. Das Fleisch zugeben, den Wein und so viel kaltes Wasser angießen, dass das Fleisch bedeckt ist. Langsam zum Kochen bringen. An die Oberfläche steigenden trüben Schaum mit einer Schaumkelle abschöpfen. Bei schwacher Hitze ca. 2 Stunden sieden lassen.

2 Für das Mostarda-Gemüse die Möhren und den Sellerie waschen, schälen und sehr fein würfeln. Lauch putzen, waschen, der Länge nach vierteln und in dünne Streifen schneiden. Gemüse in der heißen Butter andünsten, mit Salz und Pfeffer würzen. Einige Esslöffel von der Rindfleischbrühe zufügen und das Gemüse bissfest dünsten. Gemüse samt der Flüssigkeit in eine Schüssel geben und den Dijonsenf, 1 EL Essig und das Olivenöl unterrühren.

3 Mostarda oder Kürbis abtropfen lassen, fein würfeln und unter das Gemüse mischen. Nach Wunsch noch etwas Brühe unterrühren. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und restlichem Essig abschmecken.

4 Den Tafelspitz aus der Brühe nehmen und in Scheiben schneiden. Mit dem Mostarda-Gemüse anrichten. Nach Geschmack mit einigen Mostarda-Scheiben garnieren. Brühe durchsieben, noch etwas einkochen lassen, abschmecken und separat servieren. Dazu: kleine Röstkartoffeln.

Pro Portion: ca. 720 kcal, 71 g Eiweiß, 36 g Fett, 13 g Kohlenhydrate

Haben Sie ein Rezept aus unserer Serie mit Cornelia Poletto (www.cornelia-poletto.de) verpasst? Unter www.fuersie.de/poletto können Sie alle bisher erschienenen Folgen herunterladen.

Neu: Polettos „Gastronomia“



In dem Mix aus Restaurant und Feinkostladen serviert Cornelia Poletto nicht nur die besten Grillhähnchen der Stadt und ein täglich wechselndes Speisenangebot, sondern bietet auch ein Sortiment für Genießer an. Jeden ersten Donnerstag im Monat steht sie selbst hinter dem Herd und kocht ein Überraschungsmenü.

Eppendorfer Landstr. 80, 20249 Hamburg, Tel. 0 40/4 80 21 59