

Gepök.Rinderbacke in einer Bärlauchsauce mit Mangold

Kategorien: Fleisch, Rind, Mangold, Kartoffeln

Zutaten für: 4 Portionen

1	kg	Gepökelte Rinderbacke
1		Gemüsezwiebel
2	Blätter	Lorbeer
2		Gewürznelken
1	Bund	Suppengrün
300	Gramm	Mangoldblätter
300	Gramm	Neue Kartoffeln
90	Gramm	Butter
1		Schalotte
30	Gramm	Mehl
100	ml	Sahne
40	Gramm	Bärlauch
		Salz, Pfeffer, Muskat

Anleitung:

In einem großen Topf drei Liter Wasser zum Kochen bringen, salzen und das Fleisch hineingeben. Beim Kochen ständig den Eiweißschaum von der Oberfläche abschöpfen. Das Suppengemüse putzen, mit den Nelken, Lorbeer und der geschälten Zwiebel ebenfalls in den Topf geben. Jetzt eine Stunde leicht köcheln lassen.

Für das Gemüse die Kartoffeln kochen, pellen und in kleine Würfel schneiden. Die Mangoldblätter vom Stiel befreien, waschen und in breite Streifen schneiden. Kurz in kochendem Wasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Etwa 40 g Butter in einem Topf auslassen, die Schalotte fein würfeln und in der Butter andünsten. Den Mangold ebenfalls kurz mitdünsten. Dann die Kartoffelwürfel zugeben, mit etwas Fleischbrühe auffüllen und das Gemüse zehn Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Für die Sauce 50 g Butter in einem Topf zerlassen. Das Mehl darüberstäuben und mit einem Schneebesen gut verrühren. Etwas Brühe dazugeben, aufkochen lassen, dann die Sahne dazugeben und etwas reduzieren. Zum Schluss den Bärlauch pürieren und unter die Sauce rühren.

Quelle:

Rezept erfasst mit *RK* 25.02.2013
von Konrad Heizmann