

Gebratener Kalb-Tafelspitz mit Butter-Bröseln

Für 4 Personen

Für das Fleisch:

800 g Kalbstafelspitz	Salz	4 EL Rapsöl
1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian	1 Bio-Knoblauchzehe
1 EL Butter		

Für die Perlgraupen.:

1 Bund glatte Petersilie	60 ml Traubenkernöl	1 Zwiebel
2 EL Olivenöl	150 g Perlgraupen	125 ml trockener Weißwein
1 Knoblauchzehe	350 ml Fleischbrühe	Salz, Pfeffer

Für die Brösel:

100 g Butter	3 EL Semmelbrösel
--------------	-------------------

Für den Tafelspitz den Backofen auf 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Das Fleischstück trocken tupfen und mit Salz würzen.

Das Rapsöl in einer Pfanne erhitzen, das Fleisch darin auf jeder Seite jeweils etwa 2 Minuten kräftig anbraten. Dann auf ein Backofengitter setzen, darunter ein Backblech schieben. Fleisch im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene ca. 60 Minuten garen, bis die Kerntemperatur ca. 58 Grad beträgt.

In der Zwischenzeit für die Graupen die Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen, grob schneiden und mit dem Traubenkernöl in einen Mixer geben und fein pürieren.

Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden.

Das Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebel darin andünsten.

Die Perlgraupen zugeben, kurz mitdünsten. Den Wein angießen und fast vollständig einkochen lassen.

Den Knoblauch in der Schale andrücken und dazugeben.

Die Brühe angießen und die Graupen zugedeckt etwa 20 Minuten weich köcheln lassen.

In der Zwischenzeit für die Butterbrösel die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Semmelbrösel darin knusprig rösten.

Den gegarten Tafelspitz aus dem Ofen nehmen.

Rosmarin und Thymian abbrausen, trocken schütteln und den Knoblauch in der Schale andrücken.

Die Butter in einer Pfanne mit dem Knoblauch und den Kräuterzweigen erhitzen und den Tafelspitz darin nochmal kurz nachbraten. Dann aus der Pfanne nehmen und 3 Minuten ruhen lassen.

Den Knoblauch aus den Graupen nehmen, diese mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Tafelspitz in Scheiben schneiden.

Den Bratenfond auf Teller träufeln, das Fleisch darauf anrichten, mit Butterbröseln bestreuen.

Die Perlgraupen dazu anrichten und etwas Petersilienpüree darauf geben.

Andreas Schweiger am 20. Januar 2022