

Tafelspitz mit Vichy-Karotten

Für 4 Portionen

1200 g Tafelspitz (Kalb)	1 Paket Suppengemüse	2 l Fleischbrühe
8 Zwiebeln	600 g Karotten	250 g Butter
$\frac{1}{2}$ l Vichy Wasser	Salz, Pfeffer	Zucker, Kümmel
5 Blätter Lorbeer, Liebstöckel	50 g Senf	$\frac{1}{2}$ l Rotwein
10 ml Essig	500 g neue Kartoffeln	

Das Suppengemüse in gleichgroße Stücke schneiden. Tafelspitz mit Salz und Pfeffer würzen und zunächst allein in einem Topf scharf anbraten. Darauf das Gemüse geben und ebenfalls etwas rösten. Alles mit Rotwein ablöschen und etwas einköcheln lassen. Das Gericht mit etwas Fleischbrühe auffüllen, Lorbeer- und Liebstöckelblätter dazugeben, dann ca. 2 Stunden unter geringer Wärmezufuhr garen lassen. Im Anschluss das Fleisch herausnehmen und den Fond sieben. Für die Soße werden nun wieder Zwiebeln kleingeschnitten und im Topf angeschmort. Mit Fleischfond ablöschen, Senf und Butter hinzugeben und mit Salz, Pfeffer, Zucker und Essig abschmecken.

Die zuvor geschälten Karotten in gleichmäßige Scheiben schneiden und gemeinsam mit Zwiebeln glasig anschwitzen. Mit Vichy-Wasser ablöschen und bei geringer Hitze garen.

Während dessen die Kartoffeln zusammen mit etwas Kümmel in Wasser garen und anschließend halbieren. Am Schluss alles gemeinsam mit Soße, Fleisch und Gemüse anrichten und genießen.

Frank Rosin am 29. Juli 2014