

Tafelspitz

mit Senfsoße



Josef Miller

Landwirtschaftsminister a.D.,
Memmingen

Als Allgäuer weiß ich heimische Produkte natürlich besonders zu schätzen. Meine Frau und ich achten deshalb beim Einkauf genau darauf, dass das Rindfleisch und die anderen Zutaten aus der Region, zumindest aus Bayern, stammen.

Zutaten:

- 750 g Rindfleisch
- 2 Karotten
- ½ Stange Lauch
- 1 kleines Stück Sellerie
- 1 Zwiebel
- 2 l Salzwasser
- 40 g Butter
- 40 g Mehl
- ½ l Fleischbrühe
- 2 EL Senf
- 2 Eigelbe
- ⅛ l Sahne
- Salz

Zubereitung:

Zunächst das Rindfleisch in kaltem Wasser zusetzen und erhitzen, bis sich Schaum bildet. Dann das Fleisch wieder herausnehmen und das Wasser wegschütten.

Das Wurzelwerk (Karotten, Lauch, Sellerie, Zwiebel) putzen, grob zerkleinern und in kaltem Wasser zusetzen und das Ganze erhitzen. Anschließend das Fleisch und das Salz in das heiße Wasser geben und circa eineinhalb Stunden (im Schnellkochtopf 30 Minuten) darin ziehen lassen.

Nach Ende der Garzeit aus der Butter, dem Mehl und der Fleischbrühe eine helle Soße herstellen, diese mit dem Senf, den Eigelben und der Sahne legieren und mit Salz abschmecken. Zum Schluss das Fleisch in Scheiben schneiden und servieren.

Wenn es einmal schnell gehen soll, nimmt man an Stelle der Senfsoße ein Glas Sahnemeerrettich, das schmeckt auch super. Dazu reicht man gedünstetes Gemüse mit Brat- oder Salzkartoffeln.