

Rosa Kalbstafelspitz mit Käse-Grießknödel und Estragonschaum



Zutaten (für 4 Personen)

1 kg Kalbstafelspitz (küchenfertig)
Salz, Pfeffer, Thymian,
1 EL Öl, Bratenthermometer

Für die Knödel:

500 ml frische Vollmilch 3,5 %
120 g Butter
2 Eier (M)
150 g Hartweizengrieß
100 g geriebener Bergkäse

Für die Sauce:

2 Schalotten
2 EL Butter
300 ml Kalbsbrühe
200 ml Sahne
1-2 TL Kartoffelstärke
1 EL Zitronensaft, 1 EL grober Senf, 1 Prise
Cayennepfeffer, 2 EL gehackter Estragon

Ausserdem:

800 g frisches Frühlingsgemüse
2 EL Butter



Zubereitungszeit
1 h 45 Min



Kcal

KJ

Eiweiss

Fett

Kohlenhydrate

Zubereitung

1. Backofen auf 120 °C vorheizen. Fleisch salzen und würzen. In der Pfanne im Öl rundherum goldbraun anbraten. Dann auf dem Gitterrost im Ofen 1-1 ½ Std. rosa garen, bis eine Kerntemperatur von 55-58 °C erreicht ist.
2. Sauce: Gewürfelte Schalotten in Butter anschwitzen, mit Brühe und Sahne ablöschen. 6 Min. bei niedriger Hitze köcheln lassen. Mit Stärke abbinden. Mit Zitronensaft, Senf, Cayenne und Salz würzen.
3. Milch, Butter mit etwas Salz aufkochen. Grieß zugeben und so lange rühren, bis sich die Masse vom Topfboden löst. Etwas abkühlen lassen, mit einem Knethaken nacheinander die Eier untermischen. Den Käse untermischen und die Masse abkühlen lassen. Knödel formen, in leicht siedendem Salzwasser 15-18 Min. gar ziehen lassen.
4. Gemüse in Salzwasser blanchieren, dann in Butter schwenken.
5. Estragon zur Sauce geben und mit einem Mixstab aufschäumen. Gemüse mit Estragonschaum auf Teller geben. Knödel und Tafelspitz darauf anrichten.

TIPP: Wer mag, kann aus 100 g Butter und 50 g frischen Semmelbrösel eine Bröselbutter herstellen und über die Knödel geben.