

Gekochter Tafelspitz



● *Rind*

🕒 ca. 2h 25 min

🟡🟡🟡 einfach



Personen: 4 · Zubereitung: 25 min · Gesamtzeit: 2h 25 min

Schwierigkeit: einfach · **Teilstück: Tafelspitz**

ZUTATEN

Tafelspitz

- 1 kg ehrlich.tirol Tafelspitz im Ganzen
- 500 g Rinderknochen
- 2 Rindermarkknochen
- 1 kleine Zwiebel
- 1 kleine Tomate
- 1 TL schwarze Pfefferkörner
- 2 Prisen Muskatnuss
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Bund Suppengemüse
- 2 Stängel Petersilie
- Salz



ZUBEREITUNG

- 01.** Die Rinderknochen und Rindermarkknochen in einem hohen Topf mit 2 Liter Wasser zum Kochen bringen und kurz aufkochen lassen. Anschließend die Knochen abseihen und kalt abspülen.
- 02.** Die Zwiebel ungeschält halbieren und in einer beschichteten Pfanne auf den Schnittseiten anbräunen. Alle Knochen erneut im Topf mit reichlich Wasser ansetzen und zum Kochen bringen, dann die Temperatur sofort zurückschalten (sie sollte bei etwa 85 °C liegen).
- 03.** Erst jetzt das Fleisch einlegen, der Tafelspitz sollte zur Gänze mit Wasser bedeckt sein. Während der ersten Minuten entsteht auf der Suppe ein Schaum, der abgeschöpft werden muss. Nachdem die Schaumbildung nach etwa 10 Minuten abgeschlossen ist, Zwiebel, Paradeiser, Pfefferkörner, Muskat und Lorbeer hinzugeben. Die Suppe nun 45 Minuten sieden lassen.
- 04.** Das Suppengemüse schälen und mundgerecht zuschneiden, hinzufügen und weitere 35–45 Minuten sieden lassen. Erst während der letzten 10 Minuten die Petersilie und Salz dazugeben.
- 05.** Das Fleisch ist gar, wenn beim Einstechen mit einer Gabel kaum einen Widerstand spürbar ist. Die Knochen aus der Suppe nehmen. Das Mark aus den Markknochen herauslösen und zurück in den Topf geben. Die Knochen anschließend entsorgen.
- 06.** Das Fleisch aus der Suppe nehmen, kalt abschrecken, in Scheiben schneiden und wieder in die heiße Suppe geben. Am besten im Suppentopf servieren, so bleibt der Tafelspitz warm. Die klassischen Beilagen sind Rösti mit Cremespinat und Schnittlauchsauce oder Apfelkren.

TIPP

Da es sich beim Tafelspitz um ein feinfaseriges Fleisch handelt, ist die Kochzeit mit 80–90 Minuten deutlich kürzer als bei anderem Siedefleisch. Kocht der Tafelspitz zu lange, würde er leicht zerfallen.



HAT'S GESCHMECKT?



Teile dein Lieblingsrezept auf
facebook.com/ehrlich.tirol oder [Instagram/ehrlich.tirol](https://instagram/ehrlich.tirol)

#ehrlichtirol

Weiter Rezepte findest du unter www.ehrlich.tirol/rezepte

