Tafelspitz-Fondue mit feiner Apfel-Meerrettich-Sauce

Meine Wahl.

Gesamtzeit: 2 h 30 min

Einfach



Zutaten

für 10 Personen

Fleisch

3 kg	Huftdeckel vom Schweizer Rind
10	Markknochen vom Schweizer Rind
3	Zwiebeln
4	Karotten
1	Knollensellerie
0.5	Weisskabis
1 Bund	Peterlistiele
1	Lorbeerblatt
	Pfefferkörner
	Wacholderbeeren
	Salz

Apfelkren-Sauce

6	Äpfel (z.B. Granny Smith)
2 EL	Meerrettich, gerieben
	wenig Zitronensaft
4 EL	Apfelessig
1 Prise	Rohrzucker
1 Prise	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Nährwerte

1 Portion (ohne Salzkartoffeln) enthält ca.:

439	kcal
68 g	Eiweiss
20 g	Kohlenhydrate
8 g	Fett

Glutenfrei

Laktosefrei

Tipp

Die Bouillon des Tafelspitz-Fondues nach Gebrauch abpassieren und tiefkühlen. Sie ist eine gute Basis für feine Saucen.

1

Fleisch

Markknochen in kaltem, gesalzenem Wasser ansetzen und ca. 30 Minuten kochen lassen. Die Knochen sollten gut mit Wasser bedeckt sein. Rindshuftdeckel zugeben und Herd auf kleine Stufe zurückstellen. Zwiebeln schälen, halbieren und auf der Schnittstelle in einer Pfanne anrösten. Karotten, Knollensellerie und Weisskabis putzen, rüsten und klein schneiden. Mit allen weiteren Zutaten ins Wasser geben und ca. 2 Stunden vorsichtig sieden lassen. Eiweiss, Blutreste, Fett und andere Verunreinigungen regelmässig abschöpfen. Tafelspitz in der Bouillon auskühlen lassen und anschliessend in mundgerechte Stücke schneiden. Bouillon passieren und Knochenmark, falls vorhanden aufbewahren. Bouillon in Rechaud-Pfannen servieren. Tafelspitz mit Mark auf die Fonduegabel spiessen, in der Bouillon aufwärmen.

2

Apfelkren-Sauce

Äpfel schälen und mit der Rösti-Raffel reiben. Mit den restlichen Zutaten vermengen und abschmecken.

Dazu passen Salzkartoffeln.