

Schmeckt perfekt



Rezept von Richard Rauch

Geschmortes Hendlhaxerl, Estragon, Kohlrabi, Zitrone

40 Minuten/ leicht



Zutaten für 4 Personen

4 Hendlhaxerln (Ober/Unterkeulen), 50 g Estragon, 4 Zweige Thymian, 1-2 Zitronen (unbehandelte Schale), 2 Kohlrabi, 100 g Zuckererbsen, 50 ml Olivenöl, Salz, Pfeffer, 500 ml Milch, 100 g Instant-Polenta, 50 g schwarze, kernlose Oliven.

Zubereitung

Das Fleisch mit kaltem Wasser waschen und trocken tupfen. Großzügig mit Salz und Pfeffer würzen. 1 Zitrone mit einem Sparschäler abschälen. Kohlrabi schälen, in 2-mm-Scheiben schneiden, etwas einsalzen und kurz ziehen lassen.

Kohlrabi in eine Backform flach einschichten mit Olivenöl begießen und die Zitronenschalen darunter mischen. Die Hendlhaxerln auf den Kohlrabi setzen und mit Zitronenscheiben, Thymian und Estragon belegen. Einen Schuss Wasser dazugeben und ca. 20 Minuten im auf 180 °C (Umluft) vorgeheizten Rohr garen.

Dann die Zuckererbsen in 2 cm lange Dreiecke schneiden, zum Fleisch geben und ca. 15 Minuten garen. Wenn nötig, zwischendurch wenig Wasser nachgießen.

Für die Polenta die Milch mit Salz und Pfeffer aufkochen. Den Polentagrieß zugeben und unter Rühren fertiggaren. Zum Schluss noch die klein geschnittenen Oliven untermengen. Das geschmorte Hendlhaxerlm mit dem Gemüse und der Polenta anrichten.