„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker

Krenns Krenfleisch vom Waldviertler Weiderind

Zutaten

(4 Personen)

Für das Fleisch

- 800 g Rindfleisch, weißes Scherzel oder Tafelspitz - vom Fleischer Ihres Vertrauens
- 200 ml Rindsuppe
- 400 g Wurzelgemüse (hier Pastinaken, Topinambur, Kohlrabi, gelbe Rüben, Karotten)
- Salz

Für die Erdäpfelknödel

- 500 g festkochende Erdäpfel
- 80 g Kartoffelstärkemehl
- 2 TL Salz

Für die Krensauce

- frische Kräuter (hier Petersilie, Oregano, Majoran, Thymian, Bergbohnenkraut)
- 2 EL grob gehackter Lauch
- 125 ml Gemüsefond vom Wurzelgemüse
- 40 ml Rindsuppe
- 125 ml Obers
- frischer geriebener Kren
- Salz
- Pfeffer

Zum Anrichten

- frisch gehackte Petersilie
- geriebener Kren

Zubereitung

Zuerst das Rindfleisch in einem Topf mit Rindsuppe für etwa 3 Stunden weichkochen.

Das Wurzelgemüse waschen, schälen, in Stifte schneiden und in einem Topf mit ausreichend Salzwasser bissfest kochen. Das Wurzelgemüse abseihen und den Fond später für die Krensauce verwenden.

Die Erdäpfel mit Schale für ca. 30 min in Salzwasser kochen, dann das Wasser abseihen, Erdäpfel mit kaltem Wasser abschrecken und die Erdäpfel schälen. Dann durch eine Erdäpfelpresse drücken, mit Salz und Kartoffelmehlstärke gut vermischen. Die Masse mit nassen Händen zu Knödeln formen.

Für die Krensauce die Kräuter und den Lauch grob hacken und mit den restlichen Zutaten in einer Pfanne aufkochen. Dabei soll die Sauce dünnflüssig bleiben.

Zum Anrichten das Fleisch in 1 cm dicke Scheiben schneiden und auf einem Teller mit Erdäpfelknödel setzen, das Wurzelgemüse auf das Rindfleisch und die Krensauce seitlich platzieren. Zum Abschluss noch mit geriebenem Kren und frisch gehackter Petersilie bestreuen.