



**Kochdauer:**

Gut Ding braucht Weile (länger als 60 Minuten)

**Schwierigkeit:**

gut machbar

**Zutaten für 4 Portionen:**

- 800 g Tafelspitz (Rind)  
Wurzelgemüse
- 1 Stk. gelbe Zwiebel
- 1 Stk. Knoblauchzehe  
Salz  
Pfefferkörner, grob  
Lorbeerblätter
- 2 l kaltes Wasser
- 1 Stk. gelbe Zwiebel
- 4 EL Butter
- 80 dag Erdäpfel  
Salz
- 50 g geriebener Kren
- 1 Stk. Apfel
- 126 ml Schlagobers  
Salz  
Zitronensaft

**Mein persönlicher Tipp**

Besonders gut eignet sich der Tafelspitz für dieses Gericht. Das Fleisch wird in die bereits kochende Suppe gegeben, dadurch gerinnt das Eiweiß und verschließt die Poren, das Rindfleisch bleibt saftig.



**Gerlinde Weger**  
Seminarbäuerin in Kärnten

## Gekochtes Rindfleisch mit Gerösteten Erdäpfeln und Apfelkren



Foto: VrK/Achim Mandler Photography - Nicht zur freien Verwendung

**Zubereitung**

**Gekochtes Rindfleisch:** Gemüse waschen. Wurzelgemüse, Zwiebel, Knoblauch, Salz, Pfefferkörner und Lorbeerblatt mit Wasser kalt zustellen und zum Kochen bringen. Rindfleisch (es kann auch ein Tafelstück oder ein Schulterscherzel verwendet werden) in die kochende Suppe einlegen und ca. 1 1/2-2 Stunden leicht köcheln lassen. Das gekochte Rindfleisch aus der Suppe nehmen und quer zur Faser in Scheiben schneiden. Mit etwas heißer Suppe übergießen, eventuell mitgekochte Karotten in Scheiben schneiden und darüber geben.

**Geröstete Erdäpfel:** Erdäpfel waschen, kochen und auskühlen lassen. Gekochte Erdäpfel schälen und blättrig schneiden. Zwiebel schälen, halbieren und ringelig schneiden. In Butter goldbraun anschwitzen. Erdäpfel dazugeben, salzen und rösten.

**Apfelkren:** Kren mit Apfel und Schlagobers mischen und mit Salz und Zitronensaft würzen.

**Quellen:**



Landwirtschaftskammer Kärnten:  
*Heimisches Fleisch vollwertig genießen*

