

# Rezept des Monats *Mai*



## Salat vom Weiderind Tafelspitz mit Rauke in Meerrettich-Dressing

### Zutaten für 6 Personen

#### Tafelspitz

800 g Tafelspitz vom Weiderind  
200 g Suppengrün, Karotte,  
Sellerie, Lauch, Petersilienwurzel  
1 Tomate  
1 gebräunte Zwiebel  
Salz, Pfeffer, Muskat, Kümmel, Rosmarin,  
Wachholderbeeren, Lorbeerblatt

#### Salat

200 g wilde Rauke (Ruccola) gewaschen  
4 Stk Rote Zwiebeln  
100 ml Gewürzessig 5 %  
100 ml Rapsöl kaltgepresst  
200 g Meerrettich frisch gerieben  
Salz, Pfeffer aus der Mühle, Zucker

### Zubereitung

#### Tafelspitz

In einem großen Topf Wasser zum Kochen bringen, Tafelspitzstück hineingeben und knapp unter dem Siedepunkt garen, Fleisch sollte mit Wasser gut bedeckt sein, von Zeit zu Zeit Schaum ( Trübstoffe) von der Oberfläche abschöpfen, Bouquet garni und Gewürze hinzufügen, so lange köcheln lassen bis das Fleisch zart ist (ca. 90 min je nach Fleischbeschaffenheit und Größe) mit Salz, Pfeffer und Muskat die Brühe abschmecken, Fleisch aus der Brühe nehmen und auskühlen lassen. Die übrige Tafelspitzbrühe als Suppe verwenden.

#### Salat

In einer großen Schüssel Gewürzessig mit 50 ml Rinderbrühe, Salz, Pfeffer etwas Zucker verrühren und abschmecken. Rapsöl und geriebener Meerrettich hinzugeben. Tafelspitz zuerst in Scheibenschneiden, dann in grobe Streifen. Rote Zwiebeln schälen und in feine Ringe schneiden. Tafelspitzstreifen, gewaschene Rauke und Rote Zwiebelringe zu dem Meerrettich-Dressing hinzugeben. Vorsichtig vermengen und gegebenenfalls nochmals abschmecken. Salat auf Teller anrichten und mit etwas frischem Meerrettich ausgarnieren. Als Beilage zu dem Tafelspitz-Rauke-Salat empfehle ich knusprige Bratkartoffeln oder frisches Bauernbrot.



Gutes Gelingen und einen guten Appetit  
wünscht **Horst Schmidt**