

gekochte Rinderbrust mit Meerrettich Soße

Zutaten für 4 Personen:

- * magere Rinderbrust (ca. 900 bis 1.000 Gramm)
- * ein paar Stücke Markknochen
- * 1 Bund Suppengrün
- * 2 Zwiebeln
- * 10 Pfefferkörner
- * 1 Bund Petersilie
- * 1 Lorbeerblatt
- * 10 Pfefferkörner
- * 2 Wacholderbeeren
- * 1 TL Senfkörner
- * Salz

Für die Meerrettich-Soße:

- * 30 g Butter
- * 20 g Mehl
- * 250 ml Milch
- * 1 fingerlanges Stück Meerrettichwurzel
- * Salz + Pfeffer aus der Mühle
- * etwas Zitronensaft

Zubereitung:

Rinderbrust und Markknochen waschen, in einen großen Topf legen. Suppengrün putzen und waschen. Zwiebeln abziehen und vierteln. Petersilie waschen, trocken schütteln, Stiele abschneiden. Suppengrün, Zwiebeln, Petersilienstiele, Lorbeer, Pfefferkörner, Wacholder, Senfkörner und etwas Salz mit in den Topf geben. So viel kaltes Wasser zugießen, dass die Rinderbrust bedeckt ist. Aufkochen lassen. Den sich bildenden Schaum abschöpfen. Dann den Deckel auflegen und 1 1/2 Stunden sanft kochen lassen.

Brühe durchsieben und auffangen. 250 ml davon abmessen. Für die Soße die Butter erhitzen, Mehl darin anschwitzen. Milch und abgemessene Brühe unter Rühren zugießen, aufkochen und einige Minuten köcheln lassen. Meerrettich schälen und fein reiben. In die Soße geben. Soße mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen.

Petersilie hacken. Möhren und Lauch vom Suppengrün (aus der Brühe) fein schneiden. Fleisch in Scheiben schneiden. Mit dem Gemüse in der übrigen Brühe erhitzen und wieder herausnehmen. Fleisch mit Möhren, Lauch und Soße anrichten. Petersilie darüberstreuen. Dazu schmecken Salzkartoffeln.