



Rezept der Woche

23. Juli 2007

Sommerlicher Bohneneintopf mit Tafelspitz

Zutaten für 6-8 Personen:

für die Brühe:

2 kg Tafelspitz
1 große Zwiebel.
2 Karotten
1/4 Knolle Sellerie
1 Stange Porree
1 Petersilienwurzel
1 Zehe Knoblauch
1 Tomate
2,5 L Wasser
2 Lorbeerblätter
1 EL Pfefferkörner
1 TL Wacholderbeeren
Salz

Für den Eintopf:

1 kg grüne Bohnen (Buschbohnen)
100 gr über Nacht eingeweichte weiße
Bohnenkerne
1 kg Kartoffeln
4 große Fleischtomaten
1 Bund Bohnenkraut
2 Bund Frühlingszwiebeln
1 Bund Petersilie
Salz
Pfeffer

Zubereitung:

Das Fleisch abwaschen und zusammen mit der gewaschenen, ungeschälten, halbierten Zwiebel im siedendem Wasser aufsetzen, 1 gehäufter TL Salz, die Lorbeerblätter, Pfefferkörner, Wacholderbeeren, Knoblauchzehe und halbierte Tomate dazugeben und ca. 1,5 - 2 Stunden köcheln lassen.

In der Zwischenzeit die Bohnen waschen und putzen, die Kartoffeln schälen und würfeln. Die Tomaten blanchieren und abziehen, das Innere entfernen und die Tomaten würfeln. Alles beiseite stellen.

Möhren, Sellerie, Petersilienwurzel und Porree waschen und putzen/schälen. Die Gemüse nicht zerkleinern und 20 Minuten vor Ende der Garzeit mit in den Topf geben.

Dann die Gemüse und den Tafelspitz aus der Brühe nehmen und beiseite stellen.

Die Brühe durchsieben, die weißen Bohnen hineingeben und weitere 45 Minuten kochen lassen. Dann die grünen Bohnen und die gewürfelten Kartoffeln zugeben und 20 Minuten gar ziehen lassen.

In der Zwischenzeit die gekochten Möhren, Sellerie, Petersilienwurzel und Porree würfeln, den Tafelspitz in Scheiben schneiden. Das Bohnenkraut abzupfen. Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden, Petersilie fein Hacken.

Gemüse, Fleisch, Bohnenkraut, Frühlingszwiebeln und gewürfelte Tomaten zum Eintopf geben, kurz heiß werden lassen, mit Salz und reichlich schwarzem Pfeffer abschmecken.

Den Eintopf in tiefe Teller geben, Tafelspitz darauf legen und zum Schluss je einen EL Saure Sahne darauf geben und mit gehackter Petersilie bestreuen

Guten Appetit :-)