

Toettchen

Diät ist Mord am ungegessenen Knödel!
Wiglaf-Droske



Toettchen

Zutaten

500 g Kalbsschulter oder -brust
500 g Rindfleisch von der Hohen Rippe
1 Zwiebel
1 Stange Lauch
1/2 Sellerieknolle
2 Lorbeerblätter
2 Nelken
8-10 weiße Pfefferkörner
1 Zwiebel gewürfelt
2 EL Butter
2 EL Mehl
1 TL Salz
2 EL scharfer Senf
Saft von 1/2 Zitrone
einige Kapern
Zucker
Worcestershiresauce
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Das Fleisch mit dem gewaschenen und geputzten Suppengrün, den Lorbeerblättern, der mit Nelken gespickten Zwiebel, den Pfefferkörnern und etwas Salz etwa 1,5 Stunden bei mittlerer Hitze in 1 ¼ l Salzwasser weich kochen.

Aus der Brühe nehmen, etwas abkühlen lassen, evtl. Fett und Sehnen entfernen und in Würfel schneiden. Die Brühe durch ein feines Sieb gießen. Küchenzwiebel abziehen und in Würfel schneiden, dann in der Butter goldgelb braten. Das Mehl darüber stäuben, leicht anbräunen lassen und mit etwas Brühe ablöschen. So viel von der Brühe dazu gießen, dass eine dickliche Sauce entsteht. Die Sauce etwa 15 Minuten köcheln lassen, die Kapern dazugeben dann mit dem Zitronensaft bzw. Essig, etwas Zucker und dem in drei Esslöffeln Brühe verrührten Senf pikant und leicht säuerlich abschmecken. Die Fleischwürfel in die Sauce geben und einige Minuten darin erhitzen.

Vor dem Servieren einen Spritzer Worcestershiresauce darüber geben.

Dazu passt ein kräftiges Bauernbrot (Stuten).