

# Klassischer Tafelspitz

Schon lange nicht mehr nur ein Rezept für Sonntage. Der Tafelspitz mit klassischen Beilagen als Hauptspeise ist glutenfrei und auch für Diabetiker geeignet.

**Verfasser:** kochrezepte.at

**Arbeitszeit:** 30 min

**Koch/Backzeit:** 3,0 h

**Gesamtzeit:** 3,5 h



## Zutaten

|         |                            |
|---------|----------------------------|
| 1 Stk.  | <a href="#">Tafelspitz</a> |
| 760 g   | Rindsknochen               |
| 3 Stk.  | <a href="#">Karotten</a>   |
| 3 Stk.  | Rüben                      |
| 1 Stk.  | Sellerie                   |
| 1 Stk.  | <a href="#">Zwiebel</a>    |
| 2 Stk.  | Lorbeerblätter             |
| 12 Stk. | Pfefferkörner              |
| 2 Stk.  | Wacholderbeeren            |
| 1 Prise | <a href="#">Salz</a>       |
| 1 Prise | Schnittlauch               |

## Zubereitung

1. Für einen klassischen Tafelspitz benötigt man einen großen Kochtopf. Ungefähr 5 Liter kaltes Wasser einfüllen, die Knochen abwaschen und mit in das Wasser geben. Bei großer Hitze alles aufkochen lassen.
2. In der Zwischenzeit von dem Fleisch Sehnen und Haut abschneiden, die leichte Fetteindeckung jedoch belassen. Zusammen mit den Lorbeerblättern, Pfefferkörnern und Wacholderbeeren in das kochende Wasser geben und circa 2,5 Stunden auf kleiner Hitze köcheln lassen. Sollte sich Schaum an der Wasseroberfläche bilden, diesen abschöpfen und entsorgen.

3. In einer alten Pfanne die Zwiebeln an der Schnittfläche dunkelbraun rösten. Dazu kein Fett verwenden und die Zwiebel auch nicht schälen. Karotten und gelbe Rüben waschen und schälen, dann in grobe Würfel schneiden und zum Fleisch geben. Das Ganze dann noch mal 1 Stunde köcheln lassen, bis das Fleisch ganz zart ist.
4. Nach dieser Garzeit das Fleisch aus der Suppe nehmen, diese abseihen und das Gemüse und die Knochen wegtun. Das Fleisch zurück in die Suppe geben und weiter ziehen lassen.
5. Den Schnittlauch waschen, trocknen und in Röllchen schneiden. Den Tafelspitz in fingerdicke Scheiben schneiden, salzen und auf vorgewärmten Tellern servieren. Die Schnittlauchröllchen drüber streuen und servieren.

## **Tipp**

Die klassischen Beilagen für Tafelspitz sind sicher Rösteräpfel, Schnittlauchsauce und Apfelkren. Hierfür gibt es jeweils einzelne Rezepte, die das Fleisch jedoch auf gekonnte Art und Weise abrunden.