



Gepökelte Ochsenbrust mit Meerrettich, Grünkohl und Kartoffel-Gemüsestampf

Zutaten (für vier Personen)

800 g gepökelte Ochsenbrust
1 Bund Suppengrün
1 Liter Gemüsebrühe
6 Wacholderbeeren
6 Pfefferkörner
2 Lorbeerblätter
2 EL frisch geriebener Meerrettich

350 g mehlig kochende Kartoffeln
100 g Karotten
100 g Petersilienwurzel
2 EL Schmand
1 TL Kurkuma
80 g angeschwitzte Zwiebelwürfel

400 g gekochter Grünkohl (teils gehackt, teils püriert)
80 g Zwiebelwürfel
1 EL Öl
1 EL Maismehl
250 ml Gemüsebrühe
80 ml Sahne
Salz, Pfeffer

Zubereitung (circa eine Stunde)

Fleisch in der Gemüsebrühe mit klein geschnittenem Suppengrün, zerdrückten Pfefferkörnern, Wacholderbeeren und Lorbeerblättern aufkochen und dann eine Stunde lang leicht köcheln lassen.

Zwiebeln in heißem Öl glasig angehen lassen, mit Maismehl bestäuben und mit Gemüsebrühe angießen. Sahne unterrühren. Ein Drittel des gekochten Grünkohls mit dem Mixstab fein pürieren und auch einrühren, grob gehackten restlichen Grünkohl mit unterheben, leicht durchköcheln, mit Salz und Pfeffer würzen.

Kartoffeln, Karotten und Petersilienwurzel schälen, in Stücke schneiden und in etwas Ochsenbrustbrühe weichkochen. Schmand, Kurkuma und angeschwitzte Zwiebelwürfel zugeben, grob stampfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Auf einen Teller geben, Grünkohl daneben mit anrichten, Fleisch in Scheiben schneiden, mit etwas Brühe überziehen und frisch geriebenen Meerrettich darauf verteilen.

Nährwerte pro Portion

709 kcal - 45 g Fett - 47 g Eiweiß - 39 g Kohlenhydrate - 3,3 BE **Dieses Gericht ist glutenfrei und eifrei.**