Rindfleischsulzerl mit Käferbohnen-Vinaigrette

Kategorien: Diabetiker, Rindfleisch, Vorspeisen
Land / Stil: k.A. / k.A.
Bewertung: (noch nicht bewertet)



Zutaten

400 g Meisel (das magere Meisel ist der vorderste Teil der Schulter) oder Hieferlspitz (auch vom Rind), gekocht
4 Blatt Gelatine
3 EL Karotten
3 EL Sellerie
3 EL Porree (das Hellgrüne, in kleine Würfel geschnitten!)
1/2 L Rindssuppe
1 EL gerissener Kren
Salz
Pfeffer

Zubereitung

Terrinenform mit Frischhaltefolie auslegen und kalt stellen.
Gelatine in kaltem Wasser einweichen.
Wurzelgemüse blanchieren, in Eiswasser abkühlen, abseihen und gut abtropfen lassen.
Rindssuppe erhitzen, Gelatine gut ausdrücken und darin auflösen, danach abkühlen lassen.
Rindfleisch mit der Aufschneidemaschine in 4 mm dünne Scheiben aufschneiden.
Blanchiertes Wurzelgemüse und Kren in die noch nicht gesulzte Suppe geben.
Mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken.
In die vorbereitete Terrinenform etwas davon eingießen und danach eine Lage vom Fleisch darauflegen.
Diesen Vorgang wiederholen, bis die vorbereitete Menge aufgebraucht ist.
Im Kühlschrank mindestens 4 Stunden kühlen.
Für die Vinaigrette die Käferbohnen grob hacken.
Jungzwiebel fein schneiden, mit den restlichen Zutaten in einer Schüssel vermischen und abschmecken.
Terrinenform aus dem Kühlschrank nehmen.
Stürzen und die Folie entfernen.
Die Sulz in Portionen schneiden.
Auf kalten Tellern anrichten und mit der Käferbohnen-Vinaigrette vollenden.
Mit hausbrot servieren.

Tip: Dazu paßt ein herrlich kühles Bier!