Nah&Frisch



Karin Kaufmann | Professional

Tafelspitzsalat mit gebratenem Gemüse

Hauptspeise | Fleischgerichte | Österreichisch | Schnelle Küche

Zubereitung

Schwierigkeit: ●●○○○

Den Tafelspitz in dünne Scheiben schneiden und auf Tellern anrichten.

Das Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Karotte, Lauch und Sellerie darin etwa 3 Minuten andünsten, dabei häufig wenden. Die Zwiebel und den Balsamicoessig dazugeben, mit Kräutern, Salz und Zucker (oder „Grünem Elfer“) abschmecken.

Die warme Gemüsemarinade über die Tafelspitzscheiben verteilen. Dazu passt ein Dinkelbrot.

Zutaten

- 300 g Reste vom kalten Tafelspitz
- 10 EL Olivenöl
- 1 Karotte, in dünne Streifen gehobelt
- 1 Stück Lauch, in dünne Streifen geschnitten
- 1 Stange Staudensellerie, in dünne Streifen geschnitten
- ½ Zwiebel, in feine Streifen geschnitten
- 10 EL Apfelbalsam oder weißer Balsamico
- 1 EL frische, fein gehackte Gartenkräuter, mit
- etwas Salz
- einem Rohrohrzucker vermischt (oder „Grüner Elfer“)