

Rindfleischsalat

Es war ein Gericht von der **Großmutter** mütterlicherseits – Hannelore Kahl – im Verlag nur Hanne genannt – erinnert sich genau: „Der Rindfleischsalat, ich habe den Geschmack immer noch an meinem Gaumen.“

Unsere Hanne hat stets dafür gesorgt, dass die gebuchten Anzeigen in dieses Heft kommen. Sie hat Rechnungen geschrieben, Druckunterlagen entgegengenommen und mit der Druckerei und den Anzeigenkunden telefoniert, sodass diese auch wirklich bekamen, was sie haben wollten. Denn nur im Zusammenspiel mit Werbung und hochwertigen Texten funktioniert so ein Fachmagazin wirtschaftlich. Unsere Hanne ist jetzt schon ein paar Jahre im Ruhestand, und aus diesem hat sie uns geschrieben. Sie ist ein Fan unserer Reihe „Gerichte aus der Kindheit“ und kocht dem Vernehmen nach jedes einzelne Rezept nach.

Vertrackt ist es, wenn man die geschmackliche Erinnerung an ein Gericht in sich trägt – es aber irgendwie nicht so hinbekommt wie die Oma, Mutter oder Tante. Ihr kommen Ei, Gewürz, Gurke und Senf in den Sinn – „und ein besonderes Öl“. Und etwas Grünzeug. Es war ein wunderbarer Genuss.“

Als ich dem Gatten die Mail vorlas, blickte er ein wenig erstaunt, denn auch in unserer Familie gibt es einen solchen Rindfleischsalat. Unsere Tochter und ihr Vater sind die Fleisch(fr)esser in der Familie, und so kauft er stets ein wenig mehr Roastbeef, als benötigt wird. Die Reste schneidet er in dünne Scheiben, mariniert sie, tut noch ein paar Dinge hinzu, und fertig ist der Rindfleischsalat, von dem unsere Tochter nie genug bekommt. Doch dazu später mehr.

„Was für ein Fleisch?“ fragte er. „Vom Rind.“ – „Aber was für ein Stück?“. Also schrieb ich Hanne noch einmal an und sie antwortete: „Ich glaube, meine Großmutter hat Bratenreste genommen. Ich habe immer Tafelspitz dafür genommen, aber diesen besonderen Geschmack nie hinbekommen.“

Holldrijo, wir hatten gerade ein anderes Gericht aus der Kindheit in der Mangel, und für dieses wurde Tafelspitz benötigt. Also hatten wir das

schon mal da. Ich googelte heimlich und um mich nicht zu blamieren, was diese Bezeichnung bedeutete. Tafelspitz ist die vordere, an die Hüfte grenzende, dünn auslaufende dreieckige Spitze des Schwanzstücks vom Rind, die auf der der Haut zugewandten Seite von einer Fettgewebsschicht überzogen ist. Köche wie der Gatte einer ist wissen das natürlich, ich nicht. Üblicherweise wird dieses Fleisch gekocht und, so kenne ich es, mit einer Meerrettichsoße serviert.

Der Gatte also schnitt das Fleisch gegen die Faser in dünne Streifen. Er rührte eine Marinade aus Gurkenwasser, Senf, Kürbiskernöl und Mirin (das ist ein süßer Reiswein der japanischen Küche) an; mit dieser übergoss er den Tafelspitz. Der Senf gibt übrigens nicht nur Geschmack, sondern fungiert auch als natürlicher Emulgator, produziert also eine Wasser-Öl-Emulsion. Dann fügte mein Mann Apfelstückchen, ein hart gekochtes Ei, die Gewürzgurken und reichlich gehackten Bärlauch hinzu (man kann aber auch Frühlingszwiebeln in dünnen Ringen nehmen). Alles vermengte er gründlich, salzte und pfefferte es. Dann wurde die Schüssel abgedeckt in den Kühlschrank getan, wo der Inhalt vor sich hin marinierter.

Ganz wichtig: Lassen Sie bitte das Gericht für mindestens zwei Stunden, besser noch über Nacht, durchziehen, denn nur so erhalten Sie die Aromen, die es ausmachen. Ist es durchgezogen, noch einmal über-





prüfen: wurde auch genug gewürzt? Wir haben dann Bratkartoffeln dazu gegessen, das passte ganz wunderbar. Wem das zu mächtig ist, der kann auf Baguette ausweichen. Und apropos Bratkartoffeln: Ich kann mir auch gut vorstellen, dass der Rindfleischsalat mit den Resten vom Sonntagsbraten gelingt. Probieren Sie es einfach aus!

Und jetzt am Schluss verrate ich Ihnen auch unseren Familienfleischsalat, der in die mediterrane Richtung geht: Er wird mit dünnen Scheiben von übrig gebliebenen gebratenen Roastbeefs hergestellt. Je nach Menge des Fleisches fügen Sie etwas gutes Olivenöl, einen ebenso guten Balsamicoessig sowie Frühlingszwiebeln, Pfeffer und Salz hinzu. Und fertig! Und nun lassen Sie es sich schmecken! ■

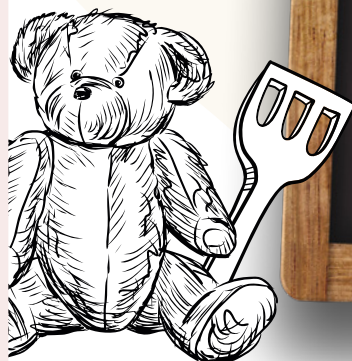
Alexandra Regner,
PTA und Medizjournalistin

in Zusammenarbeit mit
Michael Regner, Koch



Haben auch Sie ein besonderes Gericht aus Kindertagen, an dem Sie uns teilhaben lassen wollen?

Dann schreiben Sie mir unter a.regner@uzv.de. Nennen Sie den Namen Ihrer Liebesspeise und beschreiben Sie gern, wie es schmeckte und was Sie besonders daran mochten. Wir werden es dann mit Sorgfalt nachkochen und Ihnen in dieser Kolumne davon erzählen. Bitte schreiben Sie auch Ihren Namen und den Namen der Apotheke, in der Sie arbeiten, dazu. Mit der Zusendung erlauben Sie uns, Sie zu zitieren. Ich freu mich jetzt schon drauf!



Rezept

Rindfleischsalat

(für 4 Personen)

- 300 g Tafelspitz
- 3 EL gewogener Bärlauch, gehackter Schnittlauch oder in Röllchen geschnittene Frühlingszwiebeln
- 2 EL klein gewürfelter Apfel
- 1 hartes Ei, gehackt
- 1 EL Gurkenwasser
- 2 mittelgroße Gewürzgurken
- 1 EL Senf
- 1 EL Kürbiskernöl
- 1 TL Mirin
- Pfeffer, Salz

evtl. etwas gekörnte Brühe, trocken durchziehen lassen!