



KLIMA KOCHBUCH

Klimafreundliches Kochen leicht gemacht



Ich tu's – Die Initiative des Landes
Steiermark für Energie und Klimaschutz



Rippen vom Jungstier mit Rindermark, Kalbsjus, Bärlauch-Gnocchi und Brunnenkresse

Rezept von Walter Triebel aus dem Restaurant „Saag ja“



Zutaten

Für die Rippen vom Jungstier:

1 Rinderrippe
1 l Wasser
200 g Salz
50 ml Rapsöl
Pfeffer, Thymian
Butter

Für das Rindermark:

4 Stk. Rindermark
1 l Wasser
100 g Salz
100 g Zucker
10 g Pökelsalz

Für das Kalbsjus:

2 kg Kalbsknochen, fein geschnitten
15 ml Rapsöl
1 Zwiebel

1 Karotte
1/4 Stangensellerie
125 g Lauch
1/4 Sellerie
30 g Tomatenmark
60 ml Cognac
250 ml Portwein
1 Lorbeerblatt
10 schwarze Pfefferkörner
2,5 l Kalbsfond
Maizena, Thymian

Für die Bärlauch-Gnocchi:

250 g Erdäpfel
40 g Dotter
37 g Parmesan
50 g Mehl
40 g Weizengrieß
3 EL Bärlauch-Paste

Salz, Pfeffer
Muskatnuss

Für die rohe, marinierte Brunnenkresse:

1 Bund Brunnenkresse
100 ml Paradeisessenz
40 ml Rapsöl
12 ml Paradeisessig
Salz, Pfeffer
Zucker

Für die lauwarmer Brunnenkresse:

1 EL Butter
1 Bund Brunnenkresse
Salz, Pfeffer

Für die Garnitur:

Senfsprossen



KLIMA KOCHBUCH

Klimafreundliches Kochen leicht gemacht



Ich tu's – Die Initiative des Landes
Steiermark für Energie und Klimaschutz



Zubereitung

Rippen vom Jungstier: Das Salz im Wasser vollständig auflösen, die Rinderrippe vollständig mit der Salzlösung bedecken und zwei Stunden darin ziehen lassen. Anschließend herausnehmen, gut mit Wasser abspülen, mit Pfeffer und Thymian würzen und mit Rapsöl einreiben. Die Rippe im vorgeheizten Backrohr bei 220 °C ca. 45 bis 50 Minuten braten und danach vorsichtig die Knochen herausziehen. Vor dem Anrichten noch erwärmen und mit Kalbsjus und Butterflocken glacieren.

Rindermark: Wasser, Salz, Zucker und Pökelsalz verrühren, die Rindermarkstücke hineinlegen und zwölf Stunden im Kühlschrank ziehen lassen. Anschließend aus der Lake nehmen und abtropfen lassen. Vor dem Anrichten auf ein Backblech geben und im vorgeheizten Backrohr bei 160 °C drei Minuten erhitzen.

Kalbsjus: Den Backofen auf 190 °C vorheizen und die Kalbsknochen auf zwei Bleche verteilt im Ofen ca. eine Stunde goldbraun rösten. Das Gemüse schneiden. Öl in einem großen Topf erhitzen und das Gemüse darin zehn Minuten bei starker Hitze sautieren. Dann das Tomatenmark hinzufügen und fünf bis sieben Minuten karamellisieren lassen. Dann den Portwein hinzufügen und köcheln lassen, bis eine dickflüssige, sirupartige Reduktion entsteht. Anschließend Thymian, Lorbeerblatt, Pfefferkörner und Kalbsknochen hinzugeben und mit Kalbsfond bedecken. Bei mäßiger Hitze zum Kochen bringen, Schaum und Fett von der Oberfläche schöpfen und bei schwacher Hitze köcheln lassen. Durch ein Etamin seihen, reduzieren und mit Maizena binden.

Bärlauch-Gnocchi: Erdäpfel auf ein Blech mit Salz legen und bei 140 °C im Ofen durch garen. Die noch heißen Erdäpfel schälen und durch ein feines Sieb streichen. Die restlichen Zutaten hinzufügen und rasch zu einem Teig verarbeiten. Als nächstes 2 cm dicke Rollen formen und 1,5 cm lange Stücke daraus schneiden. Die Gnocchi in kochendes Wasser geben und fünf Minuten ziehen lassen. Zum Schluss die fertigen Gnocchi in Butter schwenken und mit etwas Salz würzen.

Rohe, marinierte Brunnenkresse: Paradeisessenz erwärmen und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Den Paradeisessig hinzugeben und das Rapsöl langsam einrühren. Die Brunnenkresse kurz abschneiden, waschen, gut abtrocknen und mit dem Dressing marinieren.

Lauwarme Brunnenkresse: Die Butter zergehen lassen und die Brunnenkresse hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen, einmal kurz durchschwenken und anrichten.



Menge

Zutaten für **4 Personen**

CO₂-Fußabdruck



7.013 g Co₂ eq pro Portion

bei Zubereitung mit biologischen, saisonalen und regionalen Zutaten und energieeffizienten Geräten.



7.102 g Co₂ eq pro Portion

bei Zubereitung mit konventionellen, teils nicht saisonalen und regionalen Speisen und herkömmlichen Geräten.