

Kalbszunge mit Friséesalat und Zitronen-Mayonnaise

Zutaten für die Zunge (für 4 Personen):

- 1 küchenfertige Kalbszunge
- ersatzweise: Rinderzunge
- Salz
- 2 Möhren
- 100 g Knollensellerie
- 1 Zwiebel
- 1 Lorbeerblatt
- 10 Wacholderbeeren
- 50 g Mehl
- 2 Eier
- 120 g Panko
- 1 Messerspitze geräuchertes Paprika-Pulver
- Pfeffer
- 1 kg Frittierfett

Zunge waschen, in einen Topf geben und knapp mit Wasser bedecken. Salzen und aufkochen. Möhren, Sellerie und Zwiebel schälen, grob würfeln und mit dem Lorbeerblatt und den Wacholderbeeren in den Topf geben. Die Kalbszunge bei mittlerer Hitze circa 1,5 Stunden sanft gar köcheln lassen. Aus dem Fond nehmen, und kurz abkühlen lassen. Dann die Haut entfernen und die Zunge in 2-3 cm große Würfel schneiden.

Mehl, Eier und Panko jeweils in einen tiefen Teller füllen. Die Eier mit einer Gabel gut verschlagen. Panko mit Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer würzen. Die Zungenwürfel zuerst im Mehl wenden, dann durch die Eier ziehen und zum Schluss im Panko wälzen. Frittierfett in einem weiten Topf auf 175 Grad erhitzen. Die panierten Würfel darin circa 2 Minuten goldbraun ausbacken. Mit einem Schaumlöffel herausheben, auf Küchenpapier entfetten und salzen.

Zutaten für die Mayonnaise:

- 2 Eigelb
- 20 ml Apfelessig
- 20 ml Zitronensaft
- 20 g mittelscharfer Senf
- 20 g Zucker
- 100 ml Zitronenöl
- 50 ml Sonnenblumenöl
- Salz
- Pfeffer

Eigelb, Essig, Zitronensaft, Senf, Zucker und etwas Salz in einen hohen Mixbecher geben und mit einem Pürierstab glatt mixen. Dann unter weiterem Mixen tropfenweise beide Öle dazugeben, sodass sich alles zu einer cremigen Masse verbindet. Wichtig dabei: Alle Zutaten müssen Zimmertemperatur haben, sonst kommt keine Bindung zustande. Die Mayonnaise mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zutaten für den Salat:

- 0,5 Friséesalat
- 1 Bund glatte Petersilie
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 1 Salzzitrone
- 1 rote Zwiebel

- 40 ml Olivenöl
- Salz
- Pfeffer

Salatblätter ablösen, waschen, trocken schleudern und klein zupfen. Petersilie abbrausen und trocken schütteln, Blättchen abzupfen. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in dünne Ringe schneiden. Alles in eine Schüssel geben. Salzzitrone schälen, die Schale in feine Streifen schneiden, das Fruchtfleisch entsorgen. Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Beides zum Salat geben. Den Salat mit Olivenöl, Salz und Pfeffer anmachen.

Sendetermin: 16.12.2024

Koch/Köchin: Marianus von Hörsten

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen