



Dauer: Aufwändig

Kategorie: Vorspeisen und Salate

Saison: Ganzjährig

Für: 2 Personen

Verfasst von: Andreas Stenkamp

Zutaten

2 BUND Suppengemüse

3 Lorbeerblätter

1,5 KG Ochsenmaul

2 Hälften Zwiebel

1 Gewürznelke

kaltes Wasser

Salz

Marinade

Kerbel

frisch gemahlener Pfeffer

4 EL kaltes Wasser

6 EL Sonnenblumenöl

6 EL Apfelessig

0,5 TL Salz

heißes Wasser

1 Zwiebel

1 TL Feinkristallzucker

3 TL scharfer Senf

Zubereitung

1. Ochsenmaul wird gut gereinigt, in heißes Salzwasser gegeben, mit Suppengrün, einem Lorbeerblatt, zwei Nelken und Zwiebel langsam weichgekocht (etwa drei Stunden).
2. Dann wird es warm ausgebeint, erkaltet in feine Scheiben geschnitten.
3. Zwiebeln in feine Ringe schneiden, mit kochendem Wasser übergießen. 10 Minuten ziehen lassen, dann abseihen.
4. Zucker, Salz, Essig, Öl, Wasser, Senf und Pfeffer zu einer Marinade verrühren.
5. Ochsenmaul, Zwiebeln und Marinade gut vermischen, 30 Minuten ziehen lassen.
6. Anrichten und mit Kerbel garnieren.

Sollte der marinierte Ochsenmaulsalat übrig bleiben, einfach in ein verschließbares Glas geben, mit Marinade aufgießen und gut verschließen. Somit bleibt der Salat für einige Tage haltbar.

Das Rezept wurde eingereicht von Andreas Stenkamp beim Wettbewerb „Gerichte mit Geschichte“.