

Rezept

Gepökelte Rinderzunge mit rohen Steinpilzen

Ein Rezept von Gepökelte Rinderzunge mit rohen Steinpilzen, am 18.12.2025

Zutaten

½ Zwiebel	1 Lorbeerblatt
2 Gewürznelken	600 g rohe, gepökelte Rinderzunge (beim Metzger vorbestellen)
8 Pimentkörner	250 g kleine feste Steinpilze (»Champagnerkorken«)
1 gelbes Friseésalatherz	2 Zitronen
40 g Parmesan	150 ml Olivenöl
1 TL Kapern	1 Sardellenfilet
1 TL grüne, eingelegte Pfefferkörner	1 Bund Estragon
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 715 kcal

Zubereitung

1. Die Zwiebel schälen und mit 1 Lorbeerblatt und 2 Gewürznelken spicken. Die Rinderzunge in einem großen Topf mit ca. 3 l kaltem Wasser zum Kochen bringen. Zwiebel und Pimentkörner dazugeben und alles ca. 2 Std. 30 Min.-3 Std. köcheln. Dabei den Schaum abschöpfen. Darauf achten, dass die Zunge immer mit Wasser bedeckt ist. Bei der Nadelprobe sollte das Fleisch weich sein. Herausnehmen, in kaltes Wasser legen, dann mit einem Messer die weiße Haut abziehen. Die Zunge zurück in die heiße Brühe geben und warm stellen.
2. Steinpilze putzen und abreiben. Den Friseésalat abzupfen, waschen, trocken schleudern und kalt stellen. Für die Marinade 1 ½ Zitronen auspressen und den Parmesan reiben. In einem hohen Gefäß 100 ml Olivenöl, den Zitronensaft, Kapern, Sardellenfilet, Pfefferkörner und Parmesan mit einem Mixstab pürieren. Estragon waschen, trocken schütteln und abzupfen.
3. Die Steinpilze längs in 2 mm feine Scheiben schneiden. Auf einer großen Platte auslegen und den Friseésalat darüber verteilen. Mit einem scharfen Messer die lauwarme Rinderzunge quer in 2 mm feine Scheiben schneiden oder längs mit einer Aufschnittmaschine. Eine große Platte dünn mit Marinade bepinseln, Zungenscheiben darauf auslegen und ebenfalls einpinseln.
4. Das übrige Olivenöl über den Pilzen und dem Salat verteilen. Salzen, pfeffern und den Saft der ½ Zitrone gleichmäßig darüberpressen. Alles mischen und über den Zungenscheiben verteilen. Mit Estragonblättern bestreuen.