

Rinderzunge mit Kastanien und Pilzgemüse

– Pankreasdiät –

1 Rinderzunge
2 dicke Zwiebeln
1/4 Sellerieknolle
2 Möhren
1 Bouquet Garni
1/2 l Weißwein
1 l frisch gezogene Rinderbrühe
400 g gekochte Kastanien
100 g Sultaninen
1,5 Pfd. gemischte Pilze (Pfifferlinge, Steinpilze, braune Champignons, Saitlinge)
Saft einer Apfelsine
4 Salbeiblätter
1 Knoblauchzehe
Salzpfeffer

Brühe auf die Hälfte reduzieren, mit Wein mischen, Zunge reingeben, ebenfalls geputzte Gemüse und Kräuterbündel; zugedeckt ca. 2 Std. sanft schmoren lassen. Abkühlen, Zunge häuten, Sud eventuell noch etwas reduzieren, Zunge nochmals knapp eine Stunde schmoren, während der letzten 10 min Kastanien zugeben. Zunge und dreiviertel der Kastanien rausnehmen, warmstellen; restliche Kastanien mit der Sauce pürieren, sodass sie leicht sämig wird, und mit den Sultaninen erneut erhitzen. Zunge in Scheiben schneiden, mit der Sauce einen Spiegel auf eine Servierplatte gießen, Scheiben drauf anrichten und mit Kastanien umlegen. Zwischendurch geputzte und eventuell leicht geschnittene Pilze im Apfelsinensaft mit Knoblauchscheibchen und Salbeistreifen braten und auf dem Fleisch anrichten.