


# Gebratene Hohe Rippe mit Gemüsekugeln und Polenta-Plätzchen

 [happy-mahlzeit.com/2022/01/14/gebratene-hohe-rippe-mit-gemuese-kugeln-und-polenta-plaetzchen](https://happy-mahlzeit.com/2022/01/14/gebratene-hohe-rippe-mit-gemuese-kugeln-und-polenta-plaetzchen)

## Zutaten für 2 Personen:

- 1 Stück Hohe Rippe, 4 cm hoch, küchenfertig
- 1 Knolle Kohlrabi
- 1 Knolle Sellerie
- 1 Pastinake
- 2 Karotten
- 8 Teltower Rübchen
- 250 g Zuckerschoten
- 100 g Polenta
- 150 g Parmesan
- 1 EL Butterschmalz
- 3 EL Butter
- 300 ml Wasser
- grobes Meersalz
- Fleur de sel
- Pfeffer

## Zubereitung:

Den Backofen auf 120 Grad vorheizen.

1 EL Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Die Hohe Rippe 4 Minuten von beiden Seiten scharf anbraten. Mit Fleur de sel und Pfeffer würzen und 30 Minuten im Backofen ziehen lassen.

Einen Topf mit Wasser aufsetzen. 1 EL grobes Meersalz zugeben. Das Gemüse schälen. Mit einem Parisienne-Ausstecher aus dem Sellerie, den Karotten, der Pastinake, den Teltower Rübchen und dem Kohlrabi Gemüsekugeln ausstechen. Die Gemüsekugeln in der genannten Reihenfolge ins Wasser geben. Die Zuckerschoten halbieren und ebenfalls ins Wasser geben. Das Gemüse 15 Minuten im Salzwasser dünsten.

Etwas Butter in einem Topf schmelzen und die Polenta darin kurz anrösten. 300 ml Wasser unter Rühren dazugießen und zum Kochen bringen. 5 Minuten unter ständigem Rühren weiter kochen. 1/2 TL Fleur de sel dazugeben. Den Parmesankäse reiben und 2/3 unter die Polenta rühren.

Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen. Aus der Polentamasse mit einem Esstöffel Fladen formen und in die heiße Butter geben. Den restlichen Parmesankäse auf die Fladen streuen. Die Pfanne mit einem Deckel verschließen und 15 Minuten bei schwacher Hitze braten.

2 EL Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Gemüseklügel 4 Minuten in der heißen Butter schmoren lassen, bis sie die gewünschte Festigkeit haben. Anschließend mit Fleur de sel und Pfeffer würzen.

Das Fleisch aus dem Backofen nehmen, aufschneiden und mit dem Gemüse und den Polenta-Plätzchen anrichten.

Rezept: Rolf Bürger

Quelle: Die 1. Küchenschlacht vom 14. Januar 2008

Episode: Leibgerichte