

Stielmus - Rübstiel “Stripmaus”



Rübstiel zieht der Bauer, indem er Mairübchen zu dicht sät. Die Pflanzen wachsen schnell und schlank. Die Rüben sind unbrauchbar, die Stiele allerdings lecker und knackig.

Zutaten:

750 g Rindfleisch, (Tafelspitz, Zungenstück oder Beinscheibe)
1 kg Stielmus
1 kg Kartoffeln
Salz und Pfeffer
Etwas Butter oder Sahne

Die dunklen Blatteile von den Rübstielen entfernen und wegwerfen. Die Stiele und die starken Blattrippen gründlich waschen und abtropfen lassen, danach in ca. 3 cm lange Stücke schneiden. Die Kartoffeln schälen und würfeln.

Rindfleisch in ca. 1/2 - 3/4 l Wasser (salzen und pfeffern) gut köcheln lassen.

Das geschnittene Stielmus in ein Sieb geben und kurz mit kochendem Wasser übergießen, nach 1 1/4 Std. zu dem Fleisch geben, nach einer weiteren 1/4 Std. die Kartoffeln zum Fleisch und Stielmus geben und noch mal 1/2 Std. weiter kochen lassen.

Nach den 2 Std. Kochzeit das Fleisch und etwas Brühe heraus nehmen (damit das Gemüse nicht zu suppig wird - Stielmus zieht Wasser). Stielmus und Kartoffeln grob stampfen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Butter oder Sahne verfeinern.

Fleisch in Scheiben servieren.

Stielmus eignet sich auch gut zum einfrieren.