



«
Hauptgang

Sauerbraten

Rezept für 4 Personen

Zutaten :

Legende: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)

1 – 1,5 kg Rindsbraten

Für die Beize:

4 dl Scheren Rotwein
2 dl Rotweinessig
1 dl Wasser
2 Stck Rüebli, geschält, in Stücke geschnitten
1 Stck Sellerieknolle, klein, geschält, in Stücke geschnitten
2 Stck Zwiebeln, besteckt mit Lorbeer und Nelken
2 Stck Knoblauchzehen, gepresst
6 Stck Wachholderbeeren, zerdrückt

Tipp: Anstelle von 2dl Rotweinessig und 1 dl Wasser kann 3 dl Balsamico verwendet werden.

Übrige Zutaten:

Pfeffer aus der Mühle, Salz, Paprika (für das Würzen des Bratens)
2 EL Mehl
1 EL Bratbutter
1 EL Tomatenpurée
2 dl Brauner Fond (oder Demi Glace)
1 Stck Schwarzbrot

Zubereitung:

Schüssel	Das Fleisch in eine schmale Schüssel legen und mit der Beize übergossen. Die Beize soll das Fleisch vollumfänglich bedecken. 3 bis 5 Tage im Kühlschrank ziehen lassen.
Rindsbraten	Das Fleisch aus der Beize herausnehmen und mit Küchenkrepp abtrocknen.
Beize	Die Beize mitsamt dem Gemüse in einer separaten Kasserolle aufkochen. Einige Minuten köcheln lassen. Danach absieben.
Salz, Pfeffer, Paprika, Mehl Tomatenpurée	Mit Salz, Pfeffer und Paprika den Braten kräftig würzen. Mit Mehl bestäuben. In einem Bräter die Bratbutter stark erhitzen und den Braten allseits scharf anbraten. Das Tomatenpurée dazugeben und kurz mitbraten.
5 dl der abgeseihten Beize	Mit der abgeseihten Beize ablöschen und bei schwacher Hitze zugedeckt 1/2 Stunde leise kochen lassen.
2 dl Brauner Fond (oder Demi Glace)	Den Braunen Fond der Sauce hinzufügen
Schwarzbrot	Evtl. ein Stück Schwarzbrot begeben und ca. 2 1/2 Stunden zugedeckt – auf kleinem Feuer – köcheln lassen.

Tipp:

- Wie ein «Brauner Fond» hergestellt wird siehe: www.hans-ruedi.ch → REZEPTE → Saucen → Grundsaucen
- Demi Glace ist ein Pulver (Maggi) das im heissen Wasser aufgelöst (angerührt) werden kann. Demi Glace ist nicht im normalen Lebensmittelhandel erhältlich. In der Schweiz erhalten Sie es lediglich in Einkaufszentren für Hotel- und Restaurantbetriebe
- Kann auch im Backofen zugedeckt – bei 180 Grad – 2 1/2 Stunden geschmort werden.

Kochanlass vom 16. November 2002, verantwortlich Ekki Hoffmann

