Schmeck den Süden
Baden-Württemberg

Unsere heutige Spezialität: butterzarter Sauerbraten auf meine Art

[caption id="attachment_11133" align="aligncenter" width="584" caption="Tischlein, deck Dich! Sauerbraten mit Spätzle und Salat"] [/caption]

Beim Einlegen des Sauerbratens habe ich bei der Marinade bewusst auf starke Gewürze wie Nelken usw. verzichtet. Wer aber solche Gewürze mag, nur zu, jeder nach seinem Gusto!

Hier die Rezeptur für Sauerbraten auf meine Art:

Zutaten

Für ca. 6 Personen

- 2 kg küchenfertiges, falsches Filet vom Rind, ich hatte vom Hohenloher Rind

Für die Marinade:

- 4 mittelgroße Karotten, geschält und in Scheiben geschnitten
- 1 mittelgroßer Sellerie, mit grün, geputzt und in grobe Würfel geschnitten
- 3 Zwiebeln, geschält und grob gewürfelt
- 4 Lorbeerblätter
- 20 Wacholderbeeren
- 3/4 Liter Essig
- 1 Liter trockenen Rotwein

- 20 Pfefferkörner
- Salz
- Zucker

Weitere Zutaten:

- 1 1/2 Liter Braune Grundsauce (siehe Rezeptdatenbank!)
- 2 Esslöffel Tomatenmark
- Rapsöl
- 300 Gramm Sahne
- Etwas Speisestärke für die Bindung
- Salz
- Zucker
- Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

In einem passenden Topf den Rotwein sowie den Essig aufsetzen. Dann die Karottenscheiben, Selleriewürfel, Zwiebelwürfel, Lorbeerblätter, Wacholderbeeren und Pfefferkörner hinzufügen, kräftig mit Salz und Zucker, rezent süßsauer abschmecken und einmal ganz kurz aufkochen lassen. Anschließend die Marinade komplett abkühlen lassen.

Dann das Rindfleisch einlegen, sollte das Fleisch nicht mit der ganzen Marinade bedeckt sein, etwas Wasser angießen. Nicht ganz luftdicht verschließen, wer Folie verwendet einfach mit einer Gabel zwei, drei Stiche einstechen und im Kühlschrank 5 – 7 Tage ziehen lassen.

Nach den 5 – 7 Tagen:

Das Rindfleisch aus dem Sud nehmen und etwas mit Küchenkrepp trocken tupfen.
Anschließend das Gemüse abseihen, die Flüssigkeit (Marinade) aber auffangen. Das abgeseihte Gemüse nun ebenso mit sauberem Küchenkrepp trocken tupfen.
In einem passenden Bräter mit ganz heißem Rapsöl nun das Rindfleisch von allen Seiten scharf anbraten, dann aus dem Bräter nehmen.

Im selben Bräter nun das Tomatenmark mit dem abgeseihten und getrockneten Gemüse ebenso scharf, unter ständigen Wenden anbraten.
Anschließend mit 1/4 Liter der Marinade und der Braunen Grund-Sauce ablöschen.
Nun das angebratene Rindfleisch wieder einlegen, einen Deckel auflegen und bei ca. 145 Grad im Backofen (Ober- und Unterhitze) weich garen lassen.

Probe: Das Fleisch muss beim Einstechen mit einem Holzspieße locker abrutschen!
Ist das Sauerbraten-Fleisch weich geworden, den Bräter aus dem Ofen nehmen, das Stück Fleisch separat auf einen Teller legen und bei 80 Grad im Backofen warm halten.
Die Sauce durch ein Haarsieb durchseihen, die Sahne hinzufügen und mit Salz, Pfeffer und eventuell mit der übrig gebliebenen Sauerbraten-Marinade süß-sauer abschmecken. Wer mehr Sauce benötigt, kann natürlich zusätzlich von der Braunen Grundsauce dazu geben.
Zum Schluss mit etwas Speisestärke eine leichte Bindung geben. Anschließend das Rindfleisch aus dem Backofen holen und in Scheiben schneiden. Zusammen mit der Sauce und den selbst gewählten Beilagen

servieren.

Beilagentipps: Zum Beispiel Salat, Spätzle, Knödel, Knöpfle, Nudeln, Preisselbeeren etc.