



Brasato (Toskanischer Rinderschmorbraten)

Zutaten

(für 6 Personen)

- 1,8 kg Rinderbraten (Schmorbraten)
- 2 Flaschen Rotwein, Chianti
- 2 Stange/n Staudensellerie
- 2 Möhre(n)
- 1 Wurzel/n Petersilie
- 1 Stange/n Lauch
- 1 Zwiebel(n), grob gehackt, oder
- 4 Schalotte(n), grob gehackt
- 2 Zehe/n Knoblauch, geschält, halbiert
- 2 Zweig/e Thymian
- 2 Lorbeerblätter
- 1 Zweig/e Salbei
- 1 Zweig/e Rosmarin
- 2 Gewürznelken
- 6 Körner Piment
- 1 Stange/n Zimt
- 4 Sardellenfilet(s), in Salz eingelegt
- Salz (Fleur de Sel)
- Pfeffer
- Olivenöl
- Honig, Kastanien- oder Waldhonig

Zubereitung

Röstgemüse fein würfeln. Rinderbraten in einem schweren Schmortopf rundum in Olivenöl scharf anbraten, aus dem Topf nehmen und beiseite stellen. Grob gehackte Zwiebeln sowie Knoblauch im Bratfett kurz andünsten, ggf. etwas Öl dazugeben. Dann das Röstgemüse dazugeben, ebenso die Kräuter, rundum kräftig anbraten. Das Fleisch auf dieses Gemüsebett legen, mit Rotwein ablöschen, Pimentkörner, Zimtstange und abgespülte Sardellenfilets und 1 Teelöffel würzigen Honig zugeben. 1 Teelöffel Fleur de Sel und reichlich grob gemahlener Pfeffer unterrühren. Das Fleisch sollte von der Flüssigkeit bedeckt sein, evtl. eine dritte Flasche öffnen und nach Bedarf Wein nachgießen.

Langsam zum Kochen bringen, auf kleiner Flamme 3-4 Std. köcheln lassen, bis der Braten sehr mürbe ist. Einen großen Teil der Flüssigkeit in eine Kasserolle abgießen, den restlichen Braten warm stellen. Den Bratensud reduzieren, bis eine sämige Sauce entsteht. Ggf. mit Salz und Pfeffer nachwürzen.

Den Braten in dünne Scheiben schneiden und mit der Sauce servieren.

Dazu passen wunderbar Bamberger Hörnle aus dem Ofen und Mangoldgemüse.

Gutes Gelingen!



HOF LIEFERANT
FLEISCH & WURST VON BIO-BAUERN.



Bei uns isst alles Bio.

Alle Rezepte sind mit Liebe und Sorgfalt
zusammengestellt und kreiert von unserer
Hoflieferant-Köchin Claudia Kerner.