

Geschmortes Rinderragout / Estouffade de boeuf

Fleisch - Rind

Vorbereitungszeit: 30 Minuten } 4 Stunden
Zubereitungszeit: 3½ Stunden

ZUTATEN für ... Personen		4	6
Speck, durchwachsen	g	250	375
Butter	g	60	90
Rindfleisch, Schmorbraten, Hüfte	g	1000	1500
Zwiebeln, mittelgroß	St.	3	4
Knoblauchzehen	St.	2	3
Mehl	g	35	50
Rotwein, alternativ Weißwein	ml	500	750
Kalbsfond	ml	400	600
Pfeffer, Salz			
1/2 Bund Petersilie, 4 Zweige Thymian, 1 Lorbeerblatt als Strauß gebunden			

VORBEREITEN:

1. Fleisch in sehr große Würfel schneiden.
2. Speck in Scheiben schneiden, blanchieren, abtrocknen und grob würfeln.
3. Zwiebel pellen und vierteln.
4. Knoblauchzehen pellen und klein hacken.
5. Kräuterstrauß binden.

ZUBEREITUNG:

1. Speck in Butter in einem Topf, in den später alle Zutaten hinein passen, kurz anbraten. Speck herausnehmen und beiseite stellen.
2. In dem Fett nach und nach den Gulasch anbraten.
3. Dann alles Fleisch wieder in den Topf geben, Zwiebel, durchgepressten Knoblauch zugeben. Durchheben, Pfeffer und Salzen und mit Mehl bestäuben.
4. Wein angießen und auf 2/3 einkochen lassen. Ständig rühren damit Nichts ansetzt.
5. Kalbsfond, geröstete Speckwürfel und Kräutersträußchen beifügen und im Backofen 3 Stunden schmoren lassen.

BEILAGEN / GETRÄNKE:

* Geschmorte Champignons, Salzkartoffeln. / Burgunder.

Backofen	Leiste	Grad	Stunden	Minuten
Unter- u. Oberhitze	2. v. u.	170	3	

Kcal pro Portion: 1015 Trennkost: E * R-026.DOC