Rezept

80-Grad-Sauerbraten

Ein Rezept von 80-Grad-Sauerbraten, am 28.04.2024

Zutaten

1 ½ kg	Rinderschulter
1	Petersilienwurzel
2	Zwiebeln
1 TL	Salz
4 - 5	Pimentkörner
10 - 12	Pfefferkörner
½ l	trockener Rotwein
3 TL	Butter
50 g	Sultaninen
2	Möhren
150 g	Knollensellerie
1 Stange	Lauch
3	Lorbeerblätter
3	Nelken
4 - 6	Wacholderbeeren
300 ml	guter Weinessig
100 g	Sahne
70 g	Pumpernickel

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 645 kcal

Zubereitung

1. Das Fleisch waschen, mit Küchenpapier trocken tupfen und in einen wiederverschließbaren Gefrierbeutel (3 l) legen.

2. Die Möhren, die Petersilienwurzel, den Sellerie und die Zwiebeln schälen und grob würfeln. Den Lauch der Länge nach aufschneiden, waschen, putzen und in Ringe schneiden. Alles zum Fleisch in den Beutel geben, ebenso das Salz und die Gewürze.

3. Den Rotwein und den Essig zum Fleisch füllen und dann den Beutel so zusammendrücken, dass möglichst wenig Luft zurück bleibt. Den Beutel gut verschließen und für 10 - 14 Tage in den kühlsten Bereich des Kühlschranks legen.

4. Dann 2 Tage vor dem geplanten Essen den Beutelinhalt in einen Bräter füllen und in den Backofen (Mitte) stellen. Den Backofen auf 80° einstellen und den Rinderbraten 15 - 18 Std. (am besten über Nacht) ganz sanft garen, bis er schön zart ist.

5. Das Fleisch nun aus der Brühe heben, ausdampfen lassen und abgekühlt gut in Alufolie einwickeln. Bis zum nächsten Tag im Kühlschrank aufbewahren.

6. Die Brühe durch ein feines Sieb in einen großen Topf gießen und auf dem Herd bei starker Hitze 15 Min. einkochen lassen. Zum Schluss noch die Butter in Flöckchen unterschlagen und die Sahne unterrühren. Abkühlen lassen, kalt stellen.

7. Rund 1 Std. vorm Essen Fleisch aus dem Kühlschrank holen, in Scheiben schneiden und in den Topf mit der Sauce legen. Die Fleischscheiben langsam in der Sauce erwärmen. Für die letzten 5 Min. Sultaninen und zerbröselten Pumpernickel dazugeben.