

Rezept

Böfflamott

Ein Rezept von Böfflamott, am 12.06.2026

Zutaten

1 Bund Suppengrün	1 Zwiebel
1/8 l Rotweinessig	2 Nelken
1 Lorbeerblatt	4 Pfefferkörner
4 Wacholderbeeren	abgeriebene Schale einer Bio-Zitrone
1 Schuss Rotwein	1 kg Ochsenfleisch (Oberschale, Rose oder Bug)
2 EL Öl	1/4 l Fleischbrühe
1 Schuss Rotwein (ersatzweise 1 Spritzer Rotweinessig)	1 Prise Zucker
25 g kalte Butter	Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 295 kcal

Zubereitung

1. Das Suppengrün waschen, putzen und zerkleinern. Die Zwiebel schälen und achteln. Gemüse mit Essig, 1/2 l Wasser, den Gewürzen und der Zitronenschale aufkochen lassen. Wein zufügen, abkühlen lassen. Das Fleisch in die Beize legen. 3-4 Tage zugedeckt kalt stellen, ab und an wenden.
2. Fleisch und Gemüse aus der Beize nehmen. Das Fleisch abtrocknen und im heißen Öl rundum anbraten. Das Gemüse dazulegen und alles mit Brühe und durchgeseihter Beize ablöschen. Bei milder Hitze in 2 Std. garen.
3. Fleisch herausnehmen und warm stellen. Sauce abseihen und etwas einkochen lassen. Den Wein zufügen und süß-sauer abschmecken. Mit einem Mixstab aufschlagen und kalte Butter unterziehen.