Rezept

Dunkler Fleischfond

Ein Rezept von Dunkler Fleischfond, am 06.06.2025

Zutaten

- **1 kg** gehackte Kalbs- und Rinderknochen mit Haut, Sehnen, Knorpel und Fleischabschnitten (am besten beim Metzger vorbestellen)
- **1** Tomate
- **1** Knoblauchzehe
- **1** Lorbeerblatt
- **1 TL** weiße Pfefferkörner
- **2 EL** Öl oder Butterschmalz
- **1** Möhre
- **1 Stange** Staudensellerie
- **1** Zwiebel
- **3 Zweige** Petersilie
- **2 EL** Tomatenmark
- ⅛ l Rotwein

Rezeptinfos

Portionsgröße Für etwa 1 Liter | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 95 kcal

Zubereitung

1. Die Knochen waschen und trockentupfen. Öl oder Schmalz in einem breiten Schmortopf erhitzen. Die Knochen darin 10 Min. unter mehrmaligem Wenden anbraten, bis alle schön gebräunt sind. Eine Schöpfkelle heißes Wasser darüber gießen und den Bratensatz damit lösen. Nochmals so lange braten, bis das Wasser verdampft ist.

2. Inzwischen Möhre, Sellerie und Tomate waschen und putzen oder schälen, alles drei grob zerkleinern. Zwiebel und Knoblauch schälen und grob hacken. Petersilie abbrausen.

3. Gemüse, Petersilie und Lorbeer in den Topf geben und ebenfalls bräunen. Tomatenmark und zerdrückte Pfefferkörner einrühren, noch 5 Min. rösten. Wein zugießen, Bratensatz lösen und die Flüssigkeit völlig verdampfen lassen.

4. 2 l heißes Wasser angießen und den Bratensatz lösen. Bei milder Hitze mindestens 2½ Std. kochen lassen, davon 1 Std. offen. Schaum zwischendurch abschöpfen. Fond durch ein feines Sieb gießen, abkühlen lassen und das Fett abheben.