Rezept

Geschmorte Beinscheibe

Ein Rezept von Geschmorte Beinscheibe, am 01.06.2025

Zutaten

1,5 kg	Rinderbeinscheibe
	Pfeffer
3 EL	Tomatenmark
2	Knoblauchzehen
4 EL	Rapsöl
500 g	Möhren
500 g	Champignons
	Salz
2-3 EL	scharfer Senf
1	Zwiebel
1 Zweig	Thymian
500 ml	milder Rotwein
1 Staude	Staudensellerie
1 Bund	Petersilie

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 460 kcal

Zubereitung

1. Die Fleischscheiben waschen, trocken tupfen und von der Hautseite her mit einem Messer etwas einschneiden. Das Fleisch salzen und pfeffern, mit Senf und Tomatenmark bestreichen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. Den Thymian waschen und trocken schütteln.

2. Das Öl in einem Schmortopf erhitzen, das Fleisch darin portionsweise auf beiden Seiten anbraten, bis es braun ist. Herausnehmen und beiseitestellen. Zwiebel und Knoblauch im Bratfett kurz andünsten, mit Wein aufgießen. Fleisch und Thymian zugeben und zugedeckt bei mittlerer Hitze in ca. 1 Std. 30 Min. garen.

3. Inzwischen die Möhren putzen, schälen, längs halbieren und in mundgerechte Stücke schneiden. Den Staudensellerie waschen, putzen, eventuell entfädeln und in ca. 1,5 cm breite Stücke schneiden, die Blätter hacken. Die Pilze trocken säubern und je nach Größe ganz lassen, halbieren oder vierteln.

4. Möhren und Staudensellerie zum Fleisch geben und ca. 15 Min. schmoren. Die Pilze zufügen und ca. 15 Min. schmoren. Eventuell zwischendurch etwas heißes Wasser dazugeben.

5. Das Fleisch herausnehmen, vom Knochen lösen und klein schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln, hacken und mit dem Fleisch unter das Gemüse rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.