

Rezept

# Geschmorter Ochsenschwanz

Ein Rezept von Geschmorter Ochsenschwanz, am 23.04.2024

## Zutaten

<b>2</b> Zwiebeln	<b>1 Bund</b> Suppengrün
<b>1,2 kg</b> Ochsenschwanz (vom Metzger in ca. 5 cm breite Stücke oder Scheiben hacken lassen)	Salz
<b>4 EL</b> Olivenöl	Pfeffer
<b>1/4 TL</b> Chilipulver	<b>1 TL</b> getrockneter Thymian
<b>1/4 l</b> trockener Rotwein (ersatzweise Gemüsebrühe)	<b>400 g</b> stückige Tomaten (aus Dose oder Tetrapak)
<b>1 EL</b> Portwein (nach Belieben)	<b>400 ml</b> Rinderfond (aus dem Glas)

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 275 kcal

## Zubereitung

1. Den Backofen auf 150° vorheizen. Die Zwiebeln schälen und achteln. Das Suppengrün putzen, waschen bzw. schälen und klein würfeln. Die Ochsenschwanzstücke mit Salz und Pfeffer würzen.

---

2. Das Öl in einem Bräter erhitzen, die Ochsenschwanzstücke darin rundherum anbraten und herausnehmen. Zwiebeln und Suppengrün in den Topf geben und unter Rühren anbraten. Thymian, Chilipulver und Tomaten unterrühren. Wein und Fond dazugießen und alles 5 Min. kochen lassen. Die Ochsenschwanzstücke in die Sauce geben und zugedeckt im heißen Ofen (Mitte, Umluft 130°) ca. 3 Std. schmoren (das Fleisch sollte weich sein und sich gut vom Knochen lösen lassen).

---

3. Die Ochsenschwanzstücke mit dem Schaumlöffel aus der Sauce heben und das Fleisch von den Knochen lösen. Die Sauce ca. 5 Min. einkochen lassen, mit Salz und Pfeffer und nach Belieben Portwein abschmecken. Das Fleisch in der Sauce erwärmen. Dazu passen Weißbrot, Kartoffelpüree oder Bandnudeln.