

Rezept

Italienischer Schmorbraten in Rotwein

Ein Rezept von Italienischer Schmorbraten in Rotwein, am 18.04.2024

Zutaten

2 Knoblauchzehen	1 kg Rindfleisch zum Schmoren (z.B. aus Bug, Oberschale, Kugel – am besten den Metzger fragen!)
2 Stangen Sellerie	2 Möhren
1 Zwiebel	3 EL Olivenöl
2-3 EL Butter	Salz
Pfeffer aus der Mühle	$\frac{3}{8}$ l trockener Rotwein
2 Gewürznelken	1 Lorbeerblatt
1 kleine Dose geschälte Tomaten (400 g)	$\frac{1}{4}$ l Fleischbrühe
frisch geriebene Muskatnuß	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 405 kcal

Zubereitung

1. Die Knoblauchzehen schälen und in feine Stifte schneiden. Dann das Fleisch mit einem spitzen Messerchen rundum an einigen Stellen einritzen und den Knoblauch reinstecken.
2. Selleriestangen waschen, oben und unten wegschneiden, was nicht knackig und frisch aussieht. Möhren und Zwiebel schälen. Alles in kleine Würfelchen schneiden.
3. Einen großen Bräter auf den Herd stellen, das Olivenöl darin heiß werden lassen. Butter dazu, im heißen Öl schmelzen lassen. Fleisch im Bräter rundum anbraten.
4. Wenn das Fleisch rundum angebräunt ist, alles kleingeschnittene Gemüse dazu und im Bratfett anbraten. Salzen und pfeffern, den Rotwein angießen und einmal kräftig aufkochen. Gewürznelken und Lorbeerblatt in den Sud streuen.
5. Die Tomaten aus der Dose grob hacken, mit Saft im Bräter verteilen. Nun noch die Brühe dazu, mit Muskat würzen, den Deckel drauf – und für 3 Stunden Pause machen! Der Braten soll jetzt ganz in Ruhe gelassen werden und bei schwacher Hitze vor sich hin schmoren, aber nicht köcheln.
6. Vorm Essen den Braten aus dem Bräter nehmen, die Sauce durchsieben (nicht mit dem Nudelsieb, sondern mit einem feinen Haarsieb oder, ganz professionell, mit einem Spitzsieb). Wem die Sauce auch mit kleinen Gemüsestückchen gefällt und schmeckt, kann sich diesen Akt natürlich sparen. Die Sauce auf jeden Fall nochmal aufkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.