



Gespickter Rindsbraten im Ofen geschmort

Gespickt werden vorzugsweise eher magere, zum Schmoren geeignete Bratenstücke. Der Spickspeck, Rückenspeck vom Schwein, macht den Braten nicht nur saftiger sondern auch aromatischer. Das Rindsschulterfilet hat nur den Namen vom echten Filet, ist aber ein typisches Schmorstück. Es ist ein mageres Stück der Rindsschulter, enthält aber dennoch einen höheren Anteil an Bindegewebe als Stücke vom Stotzen. Auch ist es von einer kräftigen Sehne durchzogen, die beim Schmoren geliert und den Braten zusätzlich saftig macht. Das Rindsschulterfilet kann auch ohne zu spicken geschmort werden, aber mit dem zusätzlichen Speck wird es bestimmt besser.

Der gespickte Braten wird in einem einfachen Sud aus Weisswein und Rindsbouillon geschmort. Nur Rüebli, Petersilie und Ingwer werden dabei mitgeschmort.

[Schmorphilosophie] Nach vielen Rezepten wird der Braten in einer Sauce mit reichlich Zutaten geschmort: Röstgemüse mit Rüebli, Sellerie, Lauch, Kräuter vom Rosmarin über Thymian bis zum Lorbeer, dazu Wein, Zwiebel, Knoblauch, Tomatenpüree... Natürlich schmeckt das auch gut, doch die Beschränkung auf wenige Zutaten ist oft ein Gewinn, einzelne Zutaten sind noch herauszuschmecken und verleihen dem Schmorsud Charakter. [Ende Schmorphilosophie]

Zutaten

600g Rindsschulterfilet

Marinade:

3Tl Dijon-Senf

3cl Rotwein

2 Knoblauchzehen

Salz und Pfeffer

Zum Schmoren:

3 Rüebli ca. 200g
1 handvoll italienische Petersilie
3-4cm frischer Ingwer
1dl Weisswein
2dl Rindbouillon
Pfeffer
Bratbutter

Zubereitung

Braten ringsum salzen und pfeffern. Senf und Rotwein vermischen, Knoblauchzehe dazupressen, nochmals mischen und den Braten mit der dickflüssigen Marinade ringsum einpinseln. Ca. 6 Stunden ziehen lassen.

Braten 1 Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen und die Marinade abstreifen und beiseite stellen. Sie würde beim Anbraten verbrennen.

Ofen auf 140° vorheizen.

Rüebli zu 5 - 10 cm dicken Stängeli schneiden. Petersilie grob hacken. Ingwer klein würfeln.

Bratbutter bis zum Rauchpunkt erhitzen und den Braten ringsum kräftig anbraten. Braten in ein Schmorgefäss geben.

Restliche Marinade zum Bratensatz geben und den Weisswein dazugiessen. Kurz aufkochen und die Marinade absieben. Pfanne kurz auswaschen, erneut etwas Bratbutter zugeben und Rüebli, Petersilie und Ingwer ca. 3-4 Minute andünsten. Rindbouillon dazugiessen und aufkochen.

Sauce mit den Rüebli ins Schmorgefäss giessen und um den Braten verteilen. Der Braten sollte zu etwas einem Drittel mit Saft bedeckt sein.

Braten in die Mitte des Ofens einschieben und bis zu einer Kerntemperatur von 82° garen, von Zeit zu Zeit mit Saft übergiessen. Die Garzeit beträgt etwa 2 Stunden. Das Bratenthermometer nach ca. 1 1/2 Stunden einstecken.

Sobald die Kerntemperatur erreicht ist, Ofen ausschalten und ca. 5 Minuten entlüften. Den Braten 10 bis 25 Minuten nachziehen lassen, die Kerntemperatur steigt dabei um 1°-2°



Gespicktes Rindsschulterfilet mit den Zutaten für die Marinade



Zutaten zum Schmoren



Bratensatz auflösen



