



Siedfleisch vom Hohrückendeckel

Der Hohrücken ist ein beliebtes Stück für Steaks oder rosagegarte Braten, beide werden saftig und zart. Über dem Hohrücken liegt der Hohrückendeckel, ein von Fett und Bindegewebe durchzogenes Stück, das sich vorzüglich als Schmorbraten oder Siedfleisch eignet. Das Fleisch ist grobfaserig und etwas unförmig, doch wird es durch das Garen schön weich und saftig.

Siedfleisch muss nicht in einem Sud mit möglichst vielen Gemüsen gegart werden. Beschränkt man die Zutaten auf geröstete Zwiebeln und Wirz und gibt zudem angeröstete Markbeine dazu, so wird der Sud weniger kräftig, dafür eleganter. Daraus lässt sich ein feines Süsspchen zubereiten oder er gibt auch als einfache Bouillon eine delikate Vorspeise.

Zutaten (2 Portionen)

- | | |
|------|-------------------------------|
| 500g | Hohrückendeckel |
| 3 | Markbeine |
| 1 | grosse Zwiebel, ca. 100g |
| 2,5l | Rindsbouillon |
| 4 | kleinere, grüne Wirzblätter |
| | Pfeffer |
| 1 | Roter Riese (eine Rüebliorte) |
| 1 | grosse Kartoffel festkochend |
| | Kräutersalz |

Zubereitung

Die Zwiebel schälen und quer zur Schale halbieren. Zusammen mit den Markbeinen rösten, bis die Schnittfläche kräftige Bratspuren zeigt.

Wirzblätter halbieren.

Rindsbouillon aufsetzen, Zwiebel, Markbeine und Wirz zugeben. Sobald die Bouillon zu köcheln beginnt, den Hohrückendeckel zugeben und etwas pfeffern. 2 Stunden knapp unter dem Siedepunkt ziehen lassen. Wenn sich Bouillon so leicht bewegt und nur vereinzelte Blasen aufsteigen ist die Temperatur optimal (ungefähr 90°).

Der Rote Riese muss nicht geschält werden, es reicht, ihn mit der Gemüsebürste gründlich abzuschrubben. Enden kappen und den Riesen zu groben Spalten schneiden. Kartoffel schälen und zu Spalten schneiden. 20 Minuten bevor das Siedfleisch gar ist, ins Dampfsieb geben, grosszügig mit Kräutersal würzen und zu gedeckt dämpfen.

Ausgekochte (und lampige) Wirzblätter aus der Suppe herausfischen und entsorgen. Siedfleisch aufschneiden und zusammen mit den Kartoffeln und Rüebli anrichten. Markbein und ein schönes Zwiebelstück dazu legen. Siedfleisch mit etwas Bouillon übergiessen. Nach Belieben Meerrettich-Crème dazu servieren.





Roter Riese

