Sauerbraten mit Kartoffelstock

Bei vielen Rezeptautoren haben Sauerbratenrezepte etwas mit Grossmüttern zu tun, warum genau weiss ich nicht. Vielleicht hat es damit zu tun, das man sich früher nur ein zäheres Bratenstück leisten konnte. Mit der sauren Marinade hat man nachgeholfen, das Stück mürber und weicher zu machen. Das wäre heutzutage nicht mehr nötig, doch den Reiz dieses Rezeptes macht die leichte Säure aus, die in diesem Braten steckt. Das Fleisch wird lange geschmort, bis es fast zerfällt, so wie beim italienischen Brasato, der so weich sein soll, dass man ihn mit dem Löffel essen kann.

Als Beilage gibt es nichts besseres als Kartoffelstock, nur schon wegen dem Saucen-Seeli (mit Rüeblischiffli).

Zutaten (3 Portionen)

```
600-700g Rindsbraten (z.b. Schulterdeckel)

Beize:
1dl  Rotweinessig
1dl  kräftiger Rotwein
2    kleine Zwiebeln
4    Lorbeerblätter
1cm  Zimtstange
5    Wacholderbeeren gequetscht
10   Pfefferkörner
6    Koreanderkörner
6    Nelken
1Tl  Rosmarin

zum Schmoren:
2    kleine Peperoni
1    grosses Ruebli
```

```
2    Pfälzerrüebli
1    Pastinake
20cm Lauch
3    kleine Zwiebeln
3    Markbeine
4    Lorbeerblätter
1    Stück Zitrone (Gupf)
12   Kampotpfefferkörner
6    Koreanderkörner
3dl  Rotwein
2    Markbeine
1Tl  Tomatenpüree
1dl  kräftige Hühnerbouillon
     Bratbutter

Kartoffelstock:
600g mehlig kochende Kartoffeln (z.B. Desiree)
1dl  Milch
40g  Butter
     Muskatnuss, Salz und Pfeffer
```

Zubereitung

Alle Zutaten für die Beize kurz aufkochen und auskühlen lassen. Zusammen mit dem Fleisch in einen Gefrierbeutel füllen, Luft herausdrücken und dicht verschliessen. 4-5 Tage im Kühlschrank ziehen lassen.

Fleisch entnehmen und von den Gewürzresten befreien und mit Haushaltpapier trockentupfen. Die Beize ist milchig trüb mit vielen Fasern drin und taugt nicht mehr für die Sauce, also wegschütten.

Fleisch ringsum in nicht zu knapp Bratbutter anbraten, herausnehmen und beiseite stellen. Markbeine anbraten und ebenfalls beiseite stellen.

Das Gemüse in grobe Stücke schneiden und zusammen mit den (ganzen) Zwiebeln andünsten. Nach ca. 5 Minuten Tomatenpüree zugeben und weitere 5 Minuten mitrösten. Mit Rotwein ablöschen und aufkochen, Bouillon und Gewürze zugeben. Fleisch und Markbeine hineinsetzen und ca. 3 Stunden zugedeckt auf der Herdplatte oder im ofen schmoren. Wichtig: Das Fleisch darf höchstens zu einem Drittel mit Flüssigkeit bedeckt sein und der Sud darf nur leicht blubbern.
Nach 1 1/2 Stunden Fleisch wenden und die Gemüse leicht durchmischen.

Gegen Schluss der Garzeit Sauce eventuell etwas mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kartoffelstock

Kartoffeln schälen und in grobe Stücke schneiden. In Salz Wasser kochen bis sie recht weich sind. In ein Sieb abgiessen und die Kartoffeln zurück in die Pfanne geben. Auf der ausgeschalteten Platte unter ständigem Rütteln ca. 1-2 Minuten ausdampfen lassen. Wieder zurück ins Sieb geben und die Milch in der Pfanne erwärmen. Butter in kleinen Stücken zugeben und schmelzen lassen. Eher kräftig mit Musktnuss, Salz und Pfeffer

würzen. Herdplatte ausschalten. Die noch heissen Kartoffeln durch das Passe-vite direkt in die Buttermilch treiben. Anschliessend mit einer Holzkelle schonend vermischen. Keinesfalls mit dem Schwingbesen artbeiten, denn dann wird der Kartoffelstock kleistrig.

Zutaten für die Beize.

Zutaten zum Schmoren