



Rindsragout à la Stroganoff

Das klassische Stroganoff wird mit Rindfilet oder anderem Fleisch, das zum Kurzbraten geeignet ist, wie Huft, Nierstück oder Hohrücken zubereitet. Champignons, Peperoni und dazu Essiggurken und Senf, die den unverwechselbaren, leicht säuerlichen Gusto ausmachen, sind die Zutaten für die Stroganoff-Sauce. Mit den gleichen Zutaten schmeckt auch ein geschmortes Ragout ganz nach Stroganoff. Dazu geeignet sind Stücke von der Schulter, vom Hals oder auch vom Brustkern, der etwas länger geschmort werden muss. Die Champignons, Peperoni, Essiggurken und der Sauerrahm werden erst gegen Schluss in das gegarte Fleisch eingerührt.

Zutaten (3 Portionen)

450g	Rindfleisch (Schulter)
1	Markbein
50g	Zwiebel
1Tl	Tomatenpüree
1Tl	Pul biber (mildes Paprika)
4cl	Cognac
1dl	Weisswein
3dl	Rindsbouillon
4	grosse Champignons, ca. 100g
2	Essiggurken
100g	rote Peperoni
1Tl	Senf, mittelscharf
5cl	Sauerrahm
	Salz und Pfeffer
	Bratbutter

Zubereitung

Fleisch zu 2-3cm grossen Würfeln schneiden, salzen und pfeffern. Zwiebel längs

halbieren und längs zur Schale zu Streifen schneiden.

Fleisch und Markbein in Bratbutter kurz und kräftig anbraten. Das Fleisch sollte locker in der Pfanne liegen, damit es keinen Saft zieht. Ev. in mehreren Etappen anbraten. In einen Schmortopf geben. Falls verbrannte Rückstände (die sind bitter) in der Pfanne zurückbleiben, Pfanne kurz auswaschen.

Zwiebel in wenig Bratbutter andünsten, Tomatenmark zugeben und kurz mitdünsten. Mit Cognac und Weisswein ablöschen, etwa auf die Hälfte einkochen lassen und zum Fleisch geben.

Bouillon zugießen bis das Fleisch knapp bedeckt ist. Zugedeckt ca. 1 Stunde leicht köcheln lassen. Ein halbe Stunde offen köcheln lassen, damit die Sauce etwas einreduziert wird. Das Fleisch sollte danach schon weich sein.

Derzeit Champignons zu geben Stücken schneiden. Peperoni zu schmalen Streifen schneiden. Essiggurken längs halbieren und zu Scheibchen schneiden.

Champignons in wenig Bratbutter anbraten bis sie leichte Röstspuren zeigen. Peperoni zugeben und kurz mitrösten. Zusammen mit der Essiggurke zum Fleisch geben, nochmals 1/2 Stunde leicht köcheln lassen.

Senf mit dem Sauerrahm vermischen und in das Ragout einrühren, nur noch kurz köcheln lassen. Ragout mit viel Sauce anrichten.









