



Gesottenes Rindfleisch an Tomaten-Senfsauce (Rindsrippe)

Die Rindsrippe wird mit dem Knochen längs zur Rippe aus dem Federstück geschnitten. Sie ist kräftig durchzogen und enthält auch reichlich Bindegewebe, das beim Sieden geliert. Ausgekühlt wird der geschmackvolle Sud zu Sulz. Wird die Rippe mit den klassischen Suppengemüsen und geschwärzten Zwiebeln gesotten, so entsteht viel kräftige Brühe (ca. 1 Liter), die auch für andere Rezepte verwendet werden kann. Ein wahrer Goldschatz in der Küche, nur schon deshalb lohnt sich zu Zubereitung der Rindsrippe. Am besten siedet man die Rindsrippe am Vortag und lässt sie über Nacht im Kühlschrank auskühlen. So lässt sich überschüssiges Fett mit einem Löffel gut abheben und entfernen.

Bei diesem Rezept wird das im Sud gegarte Fleisch in der mit Passata und reichlich Senf separat zubereiteten Sauce nochmals aufgewärmt. Es ist so etwas zwischen einem Siedfleischgericht und einem Ragout. Wahrschaft ist es auf jeden Fall.

Der türkische Metzger in meiner Nähe hat Rindsrippen fast immer im Angebot. Auf Wunsch sägt er den Knochen zu kurzen Stücken auf, aber ohne das Fleisch ganz zu durchtrennen. So lässt es sich nach Bedarf auch gut zu Stücken in gewünschter Grösse schneiden und vor allem passt es auch in eine nicht allzu grosse Pfanne.

Zutaten (3 Portionen)

1kg Rindsrippe

Sud:

je 80g	Rüebli, Lauch und Sellerie
2	Zwiebeln à ca. 70g
4	Lorbeerblätter
10	Wacholderbeeren
10	Pefferkörner
3cm	frischer Ingwer

2	Zweige frischer Rosmarin
3	Zweige frischer Thymian
2Tl	Salz
~1,5l	Wasser

Ragout:

60g	Zwiebel
2	Zweige frischer Rosmarin
1Tl	Tomatenpüree
3El	milder Senf
3dl	Passata di Pomodoro
3dl	Fleischsud
1Tl	Zitronensaft
	Pfeffer
	Olivenöl

Zubereitung

Gemüse zu groben Stücken schneiden. Zwiebeln ohne zu schälen quer zur Schale halbieren, mit den Schnittflächen nach unten in eine trockene Pfanne legen und rösten bis sie gut geschwärzt sind.

Gemüse, Zwiebeln, Gewürze und Salz in einer Pfanne mit kaltem Wasser aufsetzen und aufkochen.

Wasser aufkochen, Rindsrippe zu Stücken schneiden und 3 Minuten im kochenden Wasser blanchieren. Wasser abgiessen und das Fleisch unter fließendem, kaltem Wasser abspülen. Damit werden kleine Fleischfetzchen entfernt und der Sud wird weniger trüb.

Gemüse, Zwiebeln, Gewürze und Salz in einer Pfanne mit kaltem Wasser aufsetzen und aufkochen, sobald der Sud köchelt das Fleisch in die Pfanne geben. Zugedeckt 3 Stunden leicht köcheln lassen.

Fleischstücke aus dem Sud fischen, dabei Gewürz- und Gemüsereste abstreifen.

Sud durch ein feines Sieb abgiessen, das ausgekochte Gemüse leicht ausdrücken und entsorgen. Fleisch wieder in den Sud geben, auskühlen lassen und über Nacht in den Kühlschrank stellen.

Mit einem Löffel das gestockte Fett abheben und entsorgen.

Sud aufwärmen, bis er wieder flüssig ist, Fleisch herausfischen und den Sud durch ein Sieb giessen.

Ragout:

Zwiebel hacken. Nadeln vom Rosmarinzweig abzupfen und fein hacken. Beides zusammen in Olivenöl andünsten bis die Zwiebel glasig ist. Tomatenpüree zugeben, vermischen und 2-3 Minuten mitdünsten. Senf zugeben und vermischen.

Passata und Fleischsud zugießen, leicht köchelnd auf ca. die Hälfte einkochen lassen (ca. 40 Minuten).

Sauce mit Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Fleisch zugeben und 10 Minuten leicht köchelnd aufwärmen.



Rindsrippe zu Stücken geschnitten





Rindsrippe blanchieren









