

Leibspeise mal ANDERS | Sauerbraten mit Mehklößen

Zutaten

Für den Sauerbraten:

- 1,5 kg Rindfleisch aus der Keule (Schwanzrolle)
- 1 Flasche Rotwein
- 300 ml Rotweinessig
- 1 Bund Suppengrün, klein gewürfelt
- 1 TL Salz
- 2 TL Zucker
- 1 TL Wacholderbeeren,
- 3 Blätter Lorbeer
- 2 Zweige Salbei
- 2 Zweige Rosmarin

Für die Mehklöße:

- 2 altbackene Brötchen
- 300 g Mehl
- 2 Eier
- Muskat
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

Sauerbraten – 7 Tage vor der Zubereitung:

Aus Rotwein, Rotweinessig, dem klein gewürfelte Suppengrün, Gewürzen und Kräutern eine Marinade herstellen. Einmal kurz aufkochen und abkühlen lassen. Das Fleisch in einer flachen Arbeitsschale mit der Marinade begießen, abgedeckt in den Kühlschrank stellen und den Braten täglich wenden.

Sauerbraten – Am Tag der Zubereitung den Braten aus der Marinade nehmen, gründlich trocken tupfen und in einem Bräter in 5 EL Traubenkernöl rundherum braun anbraten. Marinade dazu gießen, den Bräter bei 200 °C in den Ofen stellen und ca. 1,5 Stunden garen. Am Ende der Garzeit den Braten aus dem Ofen nehmen und im ausgeschalteten Ofen ruhen lassen.

Den Schmorfond durch ein Sieb in einen Topf abpassieren und wieder aufkochen. Mit Preiselbeeren aus dem Glas, Zucker und Creme fraiche abschmecken. Pfeffer und Salz nach Geschmack dazu. Den Braten in Scheiben schneiden und in die Sauce einlegen.

Achtung: Bei der Verwendung von Fleisch vom Piemonteser Rind verkürzt sich die Garzeit um ein Drittel.

Mehlklöße:

2 altbackene Brötchen zerdrücken und in Milch einweichen (bedeckt).

5 EL Mehl mit etwas Mineralwasser anrühren. 2 Eier und dann nach und nach 300 g Mehl unterrühren. Eingeweichte Brötchen und Milch zufügen, bis ein sehr zähflüssiger Teig entsteht. Mit Pfeffer, Salz und Muskat abschmecken.

In einem großen Topf Salzwasser aufkochen und mit 2 Esslöffeln Klöße abstechen. Im Wasser garen, bis sie an die Oberfläche steigen. Die Löffel zwischendurch immer wieder in heißes Wasser tauchen. Die fertigen Klöße mit einer Schaumkelle herausheben.

Rezept: Hildegard Moritz

Quelle: Leibspeise mal ANDERS vom 25.06.2015

Episode: Von der Mosel