



## Rheinischer Sauerbraten

### Für 4 Personen

- ¼ l Rotwein
- ¼ l Weinessig
- ½ l Wasser
- 2 Lorbeerblätter
- 8 Wacholderbeeren
- 4 Pimentkörner
- 1 Teel. Pfefferkörner
- 1 Bund grob gehacktes Suppengrün
- 50 g Möhren
- 50 g Petersilienwurzel
- 30 g Sellerie
- 1 kg Rindfleisch vom Bug
- 60 g Butterschmalz
- Salz und Pfeffer
- 60 g Lebkuchenbrösel oder Pumpernickel
- 1 EL Apfelkraut
- 150 g Rosinen
- 1 Apfel, geschält und in Würfel geschnitten oder Apfelkompott

Rinderschmorbraten in eine große Schüssel legen.

Für die Marinade Rotwein, Rotweinessig und ½ l Wasser in einen Kochtopf gießen und mit einem Lorbeerblatt, Wacholderbeeren, Piment und Pfefferkörnern würzen.

Möhren, Petersilienwurzel und Sellerie schälen und in kleine Würfel schneiden.

Das Gemüse in die Marinade geben und einmal sprudelnd aufkochen.

Die Marinade abkühlen lassen, über den Rinderschmorbraten gießen und die Schüssel mit einem Deckel oder Teller abdecken.

Rheinischer Sauerbraten sollte mindestens 2 - 3 Tage im Kühlschrank ziehen und hin und wieder in der Beize gewendet werden. Dann wird der Sauerbraten mit einer Schaumkelle aus der Marinade gehoben und mit Küchenpapier trocken getupft. Die Marinade für später aufbewahren. In einem Schmortopf Schweineschmalz stark erhitzen und den Rheinischen Sauerbraten ringsum kräftig anbraten. Die Beize durch ein Sieb gießen und das Gemüse kurz mitschmoren. Etwas Beizflüssigkeit, ca. 1 Suppenkelle voll, angießen. Einen Deckel auf den Schmortopf legen und die Temperatur auf niedrige Stufe zurückschalten, so dass das Fleisch nicht gekocht, sondern geschmort wird. Nach und nach etwas Brühe auffüllen.

Rheinischer Sauerbraten sollte ca. 90 Minuten schmoren, bis das Fleisch mürbe wird. Das Fleisch aus dem Schmortopf heben, in Alufolie wickeln und warmstellen. Die Sauce durch ein Sieb passieren und mit Pfeffer und Salz würzen. Pumpernickel zerbröckeln und in die Sauce geben. Die Sauce noch einmal aufkochen. Durch Pumpernickel oder Lebkuchen wird die Sauce dunkler und wird leicht gebunden. Die Sauce mit Apfelkraut nach Geschmack süßen. Wer die Sauce lieber etwas säuerlicher mag, kann noch etwas Beizflüssigkeit zufügen. Stärkemehl mit wenig kaltem Wasser anrühren und mit dem Schneebesen in die Sauce rühren. Rosinen und Apfelwürfel (Kompott) zufügen und die Sauce wenige Minuten köcheln lassen, bis die Rosinen und der Apfel weich sind.

**Tipp:** Nicht zu viel Brühe auf einmal zugießen, da das Fleisch sonst zäh wird.



### Weitersagen!

Wer das Land, die Menschen und echte Landerlebnisse in NRW liebt, der kennt [www.landservice.de](http://www.landservice.de).

Echt. Näher. Dran!

