

Rinderbraten mit Niedergarmethode



Zutaten für 4 Personen:

800 g Rinderbraten
200 ml kräftigen Rotwein
400 ml Rinderfond
1 Zwiebel
4 Knoblauchzehen
0,25 Sellerieknolle
1 Karotte
2 Stängel Stangensellerie
0,5 Lauchstange
8 Wacholderbeeren
4 Gewürznelken
3 Lorbeerblätter
2 Rosmarinzweige
0,5 Bund Thymian frisch
1 EL Tomatenmark
1 EL Honig
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Braten kräftig salzen, pfeffern, in Olivenöl von allen Seiten her anbraten und zur Seite stellen.

Fein gehackte Zwiebel und Knoblauch in etwas Olivenöl anschwitzen. Etwas gröber geschnittenes Wurzelgemüse zugeben und etwas mitbraten.

Tomatenmark unterrühren, nur kurz mitbraten, dann mit Rotwein ablöschen und mit Rinderfond aufgießen.

Den Braten, zerdrückte Wacholderbeeren, Gewürznelken, Lorbeerblätter, Rosmarin- und Thymianzweige einlegen.

Im vorgeheizten Backrohr bei 80° Unter- und Oberhitze ca. 2 - 3 Std. langsam garen.

Nachtrag Kerntemperatur: durchgebraten 80° - 85°; rosa 50° - 60°

Dann Braten herausnehmen und warmstellen. Den Rest durch ein Sieb gießen.

Sauce mit Honig verfeinern, mit Salz und Pfeffer abschmecken, etwas reduzieren lassen oder nach Geschmack mit etwas Stärke eindicken.

