

Sauerbraten auf deutsche Art

Für 6 Portionen:

2 Zwiebeln, gehackt	2 große Karotten, gewürfelt	1 großer Lauch, gehackt
3 Knoblauchzehen	2 Zweige Thymian	2 kl. Zweige Rosmarin
2 Lorbeerblätter	8 Wacholderbeeren	6 Nelken
10 schwarze Pfefferkörner	2 1/2 TL Salz	1 TL Zucker
2 1/2 Tassen Rotwein	1 Tasse Rotweinessig	1 1/2 Tassen Wasser
1,8 kg Rinderbraten	4 Scheiben Speck	4 EL Allzweckmehl
1/4 Tasse Rosinen	85 g Ingwer, zerbröckelt	1 EL Honig

Marinade zubereiten:

Alle Kräuter und Gemüse mit Knoblauch, Wacholderbeeren, ganzen Nelken, Lorbeerblättern, Salz, Zucker und Pfefferkörnern in einen schweren Suppentopf oder in einen Schmortopf geben; Rotwein, Rotweinessig und das Wasser hinzufügen. Die Mischung zum Kochen bringen, die Hitze reduzieren, zudecken und 10 Minuten köcheln lassen, vollständig abkühlen lassen.

Das Fleisch marinieren:

Den Braten in die Gemüsemarinade legen und den Deckel auf den Topf legen, 7 Tage, im Kühlschrank marinieren. Die Marinierzeit beträgt traditionell 2 Wochen. Wenn das Fleisch nicht vollständig in die Flüssigkeit getaucht ist, den Braten einmal täglich wenden.

Den Braten herausnehmen, mit Papiertüchern trocken tupfen und die Flüssigkeit vom Gemüse abseihen. Die Flüssigkeit und das Gemüse aufbewahren.

Braten kochen:

Den Topf ausspülen und darin zwei Esslöffel Öl stark erhitzen und den Braten darin von allen Seiten großzügig anbraten.

Den Braten herausnehmen und beiseite stellen. Den Speck darin braten und herausnehmen.

2 Esslöffel Öl im Topf belassen, das gesiebte Gemüse in den Topf geben und für 5-7 Minuten braten; Mehl einstreuen und ein oder zwei Minuten lang garen, um den Mehlgeschmack zu beseitigen. Die Flüssigkeit hinzufügen, die von der Gemüsemarinade abgeseiht wurde, zum Kochen bringen, ständig umrühren, um Klumpen zu vermeiden.

Rosinen, den Honig, die zerstoßenen Ingwerschnipsel hinzugeben. Braten wieder in den Topf geben. Zum Kochen bringen, Hitze reduzieren, zudecken und ca. 2 Stunden köcheln lassen bis das Fleisch sehr zart ist. Je länger der Braten mariniert wurde, desto schneller kocht er.

Wenn der Braten fertig ist, herausnehmen und auf einem Teller warm halten, 5 Minuten ruhen lassen und dann in Scheiben schneiden.

Bratensoße vorbereiten:

Während der Braten ruht, die Bratensoße abseihen und in den Topf zurückgeben. Nach Belieben mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Wenn die Soße zu dünn ist, eine Mais-Stärke-Aufschlämmung machen und damit eindicken.

Die Soße über die geschnittenen Sauerbraten geben und servieren.

Anna Fuchs am 25. Februar 2024