

# Rinderbraten

## Für 4 Personen:

1 kg Rinderbraten, Schulter, Keule	1 l Rotwein	500 ml Rinderfond
3 EL Tomatenmark	3 Möhren	3 Stangen Staudensellerie
1 Fenchelknolle	2 Zwiebeln	2 Knoblauchzehen
2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian	Salz, Pfeffer
1 EL Öl	Stärke	

Gemüse schälen und in kleine Stücke schneiden.

Zwiebeln und Knoblauch schälen und kleinschneiden.

Das Fleisch in einem Bräter von allen Seiten scharf anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen.

Fleisch aus dem Bräter nehmen, zur Seite stellen; Zwiebeln, Knoblauch und Gemüse im Bräter anschwitzen.

Tomatenmark zugeben und anrösten.

Fleisch zurück in den Bräter geben und mit 200 ml Rotwein ablöschen.

Nach und nach den restlichen Rotwein zugeben, einköcheln lassen bis es dickflüssig wird.

Die Kräuter und den Fond zugeben, Deckel schließen und bei 130 Grad (Umluft) im vorgeheizten Ofen 5 Stunden garen.

Gelegentlich das Fleisch wenden und Flüssigkeit nachgeben.

Falls die Soße am Ende dünnflüssiger sein soll, in Wasser aufgelöste Stärke einrühren aufkochen lassen.

Wem die Gemüsestücke zu grob sind, die Soße durch ein Sieb geben. Das Gericht gelingt auch mit Kalb- oder Schweinefleisch; dazu ersetze man Rotwein durch Weißwein. Es sei bemerkt, dass das fertige Gericht alkoholfrei ist, da der Alkohol-Gehalt durch die Verdunstung auf einen nicht mehr messbaren Wert gesunken ist.

NN am 06. März 2024