

Rinder-Consommé

Für 5 Liter

Für die Rinder-Grundbrühe:

500 g Rinderknochen	1 kg Rindfleisch	2 Rinderbeinscheiben
2 Gemüsezwiebeln	4 Möhren	$\frac{1}{2}$ Stange Lauch
$\frac{1}{2}$ Sellerieknolle	3 Lorbeerblätter	1 EL schwarze Pfefferkörner
Salz		

Für die Rinder-Kraftbrühe (Consommé):

5 l Rinder-Grundbrühe (Bouillon)	150 g Möhren	200 g Knollensellerie
$\frac{1}{2}$ Stange Lauch	6 Eiweiß	Salz
1 kg Rinderhackfleisch	Pfeffer	

Die Knochen mindestens 2 Minuten in kochendem Wasser blanchieren, abschrecken und in einem Sieb abtropfen lassen. Danach in ca. 8 Liter kaltem Wasser zusammen mit dem gewaschenen Rindfleisch und den Beinscheiben aufsetzen.

Zwiebeln ungeschält waagrecht halbieren und in einer Pfanne auf der Schnittfläche sehr scharf anbraten. Wenn das Wasser kocht, die Zwiebeln hinzufügen. Den entstehenden Schaum mithilfe einer Schaumkelle von der Oberfläche abschöpfen.

Offen bei mittlerer Hitze ca. 4 Stunden schwach kochen, dabei zwischendurch entfetten. Dafür mit der Schaumkelle Trübstoffe von der Oberfläche abschöpfen.

Profi-Tipp:

Je länger die Bouillon kocht, desto konzentrierter wird sie. Für eine besonders kräftige Bouillon, also einfach die Kochzeit verlängern und die Flüssigkeit reduzieren.

Möhren, Lauch und Sellerie waschen und grob schneiden. Eine halbe Stunde vor Ende der Garzeit das Gemüse mit Lorbeerblättern und Pfefferkörnern zugeben.

Nach Ablauf der Kochzeit gegartes Fleisch und Gemüse entnehmen. Das gekochte Gemüse entsorgen.

Profi-Tipp:

Das Fleisch weiterverwenden, zum Beispiel klein gezupft als Suppeneinlage. Eingeschweißt hält sich das Fleisch außerdem mehrere Tage im Kühlschrank. Für die Lagerung von Fleisch sollte die kälteste Stelle des Kühlschranks direkt über dem Gemüsefach verwendet werden.

Ein feines Sieb mit einem Geschirrtuch auslegen. Die Brühe hindurchgießen. Abkühlen lassen, am besten über Nacht.

Für die Rinder-Kraftbrühe (Consommé):

Die Grundbrühe muss nun geklärt, also von Trübstoffen befreit werden.

Hierzu bereitet man das sogenannte Klärfleisch zu. Es besteht aus besonders Eiweiß reichem Hackfleisch, Eiweiß und geschmacksgebenden Zutaten.

Möhren und Sellerie schälen und sehr fein würfeln. Lauch längs halbieren, waschen und fein schneiden.

Das Eiweiß in einer Schüssel mit Salz leicht aufschlagen. Das Rinderhackfleisch mit den Gemüsewürfeln und dem Eiweiß vermischen.

Kalte Brühe entfetten, indem man das kalte erstarrte Fett mit einer Schaumkelle abhebt.

Das Klärfleisch in die kalte Brühe geben und sorgfältig verrühren. Die Brühe langsam erhitzen, immer wieder rühren, damit das Eiweiß am Boden nicht anbrennt. Nicht mehr rühren, sobald die Brühe kocht, 2 Minuten sprudelnd kochen lassen, dann von der Herdplatte nehmen. An der Oberfläche hat sich ein fester Fleischkuchen gebildet.

Damit die Hitze entweichen kann, ein kleines Loch in die Mitte stechen, 1 Stunde ziehen lassen,

dann durch ein feines Sieb (mit Geschirrtuch ausgelegt) in einen Topf gießen.
Brühe nochmals aufkochen, mit Salz und Pfeffer würzen.
Diese wohlschmeckende, kräftige Brühe kann nun als Grundlage für feine, klare Suppen verwendet werden.

Björn Freitag am 19. Juni 2021