

Sauerbraten vom Rind (für 4 Personen)

Rezept von Björn Freitag

Für den Einlegefond (Beize):

- 250 ml Branntwein- Essig
- 250 ml Weißwein- Essig
- 375 ml Wasser
- Je einen Esslöffel Senfkörner und Wacholderbeeren
- Eine Prise Zucker



Für den Sauerbraten:

- 2- 3 EL Rapsöl
- 1 kg Rinderbraten (eine edle Variante ist Sauerbraten aus Tafelspitz, es eignen sich aber auch andere Stücke aus Bug oder Keule)
- ¼ Knolle Sellerie
- 1 große Karotte
- 4 rote Zwiebeln
- 250 ml Rotwein
- 1 Glas Bratenfond
- 100 ml Einlegefond
- 1 Prise weißer Pfeffer
- 1 Handvoll Wacholderbeeren
- 2 Lorbeerblätter
- 1 Handvoll Trockenbeeren (Sauerkirschen, Cranberrys, Rosinen)
- Wasser
- Stärke

Zubereitung:

- Für den Einlegefond die Zutaten in eine Schüssel geben und vermischen. Das Fleisch wird darin etwa eine Woche einlegt. Im Kühlschrank lagern und gelegentlich das Fleisch im Sud wenden.
- Etwas Rapsöl in einen großen Topf oder Bräter geben und den Sauerbraten darin anbraten.
- Währenddessen das Röstgemüse schneiden: Die Zwiebeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Sellerie waschen und ebenfalls klein schneiden. Die Karotte schälen und grob schneiden.
- Als nächstes den Braten umdrehen und das Röstgemüse an den Rand geben und anbraten.
- Wenn es schön braun ist, alles mit etwas Rotwein ablöschen.
- Den Bratenfond und für den Geschmack auch 1- 2 Kellen Einlegefond dazu geben. Anschließend mit weißem Pfeffer, Wacholderbeeren und ein bis zwei

	Der Vorkoster im WDR Fernsehen Freitags um 21:00 Uhr	
---	---	---

Lorbeerblättern würzen. Mit geschlossenem Deckel 2 bis 3 Stunden kochen lassen – je nach Größe des Bratens.

- Nach der Kochzeit wird die Soße passiert. Dafür den Braten aus dem Topf nehmen und die Flüssigkeit durch ein Sieb in einen anderen Topf passieren. Die Trockenbeeren in die Soße geben und einmal aufkochen lassen.
- Währenddessen den Braten schneiden (dieser wird später noch einmal in die Soße gelegt).
- Etwas Stärke in kaltem Wasser anrühren und in die Soße geben. Nach Geschmack mit Balsamico- Essig verfeinern. Die Fleischscheiben kurz in die Soße legen, um die Schnittstellen damit zu benetzen.

Als Beilage eignen sich Rotkohl, Kartoffeln oder Kartoffelklöße.