

# Sauerbraten gezupft

## Für 8 Personen:

700 g Rinderbraten (Keule, Hüfte)	1/2 Liter Rotwein	1/4 L Rotwein
1/4 L Rotweinessig	1 L Rinderbrühe	3 Blätter Lorbeer
1 EL Wacholderbeeren	1 EL Pfefferkörner	1 TL Pimentkörner
1 Stange Zimt	1 Stk. Gewürznelke	3 Stk. Zwiebeln
3 Stk. Karotten	1 Knolle Sellerie	2 EL Tomatenmark
1 Stk. Saucen-Lebkuchen	1 EL Butterschmalz	1 TL brauner Zucker
3-4 EL Speisestärke	Zucker, Salz, Pfeffer	

## Beilage-Selleriepüree:

200 g Knollensellerie	1 mittelgroße Kartoffel	220 ml Sahne
Meersalz		

## Sauerbraten vorbereiten:

Ein guter Sauerbraten braucht Zeit, viel Zeit.

Essig und Gewürze wie Lorbeer, Wacholderbeeren, Pimentkörner, Zimt und eine Gewürznelke zu einer Marinade anrühren und darin den Rinderbraten marinieren. Der Sauerbraten darf jetzt zwei Tage in der Marinade schwimmen.

## Sauerbraten anrösten:

Am 'Festtag' sollte der Rinderbraten gut durchgezogen und für die weitere Zubereitung bereit sein. Dafür kommt Butterschmalz in einen Bräter und das vorher abgetropfte Fleisch wird mit Salz und Pfeffer gewürzt und anschließend von allen Seiten angebraten.

Nun wird das Wurzelgemüse geschält, in grobe Stücke geschnitten, und gemeinsam mit dem Fleisch ebenfalls gebraten. Mit etwas braunem Zucker bestreuen und diesen karamellisieren lassen. Dazu kommt das Tomatenmark, welches gut durchgerührt wird.

Als finaler Schritt dieses Arbeitsgangs wird mit der Marinade abgelöscht. Das Ganze noch zweimal durchführen.

## Sauerbraten zubereiten:

Anschließend den Bräter mit Brühe auffüllen, den Sud aufkochen und den Bräter mit dem Deckel verschließen und wieder ruhen lassen.

Bei 180 Grad Celsius im Umluftbetrieb schmort der Rinderbraten nun 60 Minuten vor sich hin. Nach dieser Stunde wird die Temperatur im Ofen auf 110 Grad Celsius reduziert, damit der Braten in den folgenden drei bis vier Stunden kuschelig gebettet seine wahre Zartheit bekommt.

## Sauerbraten abschmecken:

Nach dieser langen Schmorphase braucht das Fleisch ein klein wenig Ruhe und muss abkühlen. Dafür das gare Fleisch aus dem Bräter nehmen. Die Zwischenzeit wird für den Schmorfond genutzt. Einfach die Sauce durch ein Sieb in einen Topf füllen und auf dem Herd etwas einkochen. Den Saucen-Lebkuchen fein zerbröseln, mit dem restlichen Rotwein einweichen und mit einem Stabmixer in die Sauce mixen. Abschließend wird die Sauce mit Salz, Pfeffer, Zucker und etwas Essig abgeschmeckt.

Wer mag, kann zum Binden noch etwas Speisestärke mit etwas kaltem Wasser angerührt und hinzugegeben werden.

Nun kommt es zum Anrichten. Dafür einfach das abgekühlte Rindfleisch entlang der Fasern in feine Stücke zupfen und mit der Sauce vermengen.

## Beilage-Selleriepüree:

Sellerie und Kartoffel schälen, in grobe Würfel schneiden und mit Sahne in einen Topf geben. Das Ganze langsam einkochen, bis die Sahne fast vollständig verkocht ist. Mit feinem, leicht

feuchtem Meersalz würzen und mit dem Pürierstab fein cremig mixen. Je länger, umso cremiger wird das Püree.

Anschließend das Ganze durch ein Sieb streichen und in einem Wasserbad erwärmen.

Das Gesamte wird auf einem großen Teller angerichtet nicht zu viel von den einzelnen Zutaten. Frische Kräuter on top sorgen auch für den optischen Reiz. Und für die Gaumenfreuden ist das Gesamtwerk nun fertig.

Alexander Herrmann am 11. Oktober 2024