

Rinderbeinscheiben geschmort im "Cousances"

Für 4 Portionen:

2		Rinderbeinscheiben (je 500 g)
8		Schalotten
100	g	Sellerie (Knollensellerie)
100	g	Staudensellerie
200	g	Karotten
100	g	Petersilienwurzel
100	g	Lauch
3		Knoblauchzehen
2	EL	Bratöl
4	EL	Tomatenmark
600	ml	lieblichen Rotwein
400	ml	Rinderfond
2		Lorbeerblätter
2	TL	Senfkörner
20		Pfefferkörner schwarz
8		Nelken
2	TL	Majoran, getrocknet
1-2	TL	Dijonsenf mittelscharf
1	TL	Kartoffelmehl
250	g	Bandnudeln „Kürbis“ 7mm breit (Zumhofer Hausnudeln)
40	g	Butter
1	EL	gehackte Petersilie

Salz fein

Pfeffer schwarz frisch gemahlen

Muskatnuss frisch gerieben

Zubereitung :

Für die geschmorten Rinderbeinscheiben das Wurzelgemüse (Knollensellerie, Staudensellerie, Karotten und Petersilienwurzel) waschen, putzen und kleinwürfelig schneiden. Den Lauch waschen, putzen und fein herschneiden. Die Schalotten abziehen, teilen und die Hälfte davon würfeln. Die Knoblauchzehen abziehen und fein würfeln.

Die Rinderbeinscheiben kurz unter fließendem Wasser abwaschen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und bereit legen.

In den „Cousances“ Schmortopf 2 EL Bratöl geben und in den Backofen stellen. Den Backofen auf 220°C aufheizen. Im heißen Schmortopf die Rinderbeinscheiben beidseitig anbraten. Die Beinscheiben entnehmen, das Mark auslösen und beiseite legen. Nun das Wurzelgemüse im Topf kräftig anrösten, den Lauch erst später dazu geben, da dieser sonst verbrennt.

Das Tomatenmark zum Gemüse geben und nochmals wenige Minuten mitrösten. Mit dem Rotwein und der Rinderfond ablöschen, den Knoblauch das Lorbeerblatt, Pfefferkörner, Nelken, Senfkörner, Majoran sowie den Senf dazu geben. Die Rinderbeinscheiben in die vorbereitete Sauce legen und den Deckel auf den Schmortopf legen. Die Temperatur des Backofens auf 180 °C Heißluft reduzieren.



WWW.KOCHBAEREN.DE

Rezepte > Fleischgerichte > Rezept : Rinderbeinscheiben geschmort im "Cousances"

Bei geschlossenem Deckel und mäßiger Hitze ca. 45 Minuten garen lassen. Machen Sie eine Garprobe, ob das Fleisch schon schön weich ist. Gegebenfalls die Garzeit verlängern.

Nach Ende der Garzeit den Deckel abnehmen und die Sauce mit in Wasser angerührtem Kartoffelmehl entsprechend der gewünschten Dicke binden.

Die Bandnudeln in Salzwasser al dente kochen, abschütten und in der aufgeschäumten Butter geschwenkt und gewürzt mit Pfeffer und Muskat bereit stellen.

Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken, das Rindermark aus den Beinscheiben in etwas Butter anbraten, damit es wieder heiß wird und mit Salz und Pfeffer abgeschmeckt bereit stellen.

Die Rinderbeinscheiben teilen und auf einer gut vorgewärmten Platte anrichten. Die Gemüsesoße dazu geben. Das vorbereitete Rindermark am Rand der Platte mit Petersilie bestreut dazu geben. Die Bandnudeln in einer gut vorgewärmten Schüssel dazu stellen.

Tipp:

Wenn sie keinen „Cousances“ Schmortopf haben, können sie auch einen normalen Topf mit Deckel verwenden, den sie dann mit Alufolie gut verschließen, bevor sie den Deckel auflegen.