

Schmorbraten vom Rind



Zutaten für 5 Personen:

1 1/2 kg	Rindfleisch (Bürgermeisterstück oder falsches Filet)
2	Zwiebel(n)
	Sojasauce
	Balsamico, dunkler
	Rinderbrühe oder Wasser
	Senf
	Salz und Pfeffer
150 ml	Sahne
evtl.	Speisestärke
	Öl

Rezept:

Das Fleisch gut mit Senf bestreichen und in einem Bräter in etwas Öl von allen Seiten gut anbraten. Mit Salz und Pfeffer ordentlich würzen. Dann mit gut 150 ml Balsamico ablöschen und einkochen lassen. Die geviertelten Zwiebeln dazugeben. Mit einem Schuss Sojasauce ablöschen, einkochen lassen und danach 4-5 mal mit Brühe oder Wasser ablöschen und immer wieder einkochen lassen. Dann mit so viel Brühe oder Wasser aufgießen, dass das Fleisch bis zur Hälfte bedeckt ist und die Sahne dazugeben.

In den Ofen geben und bei 140 Grad mindestens 2 Stunden zugedeckt schmoren. Alternativ bei 100 Grad 4-5 Stunden schmoren. Dabei ist es nicht schlimm, wenn das Fleisch eine halbe Stunde länger im Ofen bleibt. Nach Ende der Garzeit das Fleisch aus dem Topf herausholen und abgedeckt ca. 15 Minuten ruhen lassen.

Währenddessen die Sauce etwas einkochen und nach Belieben mit in wenig Wasser angerührter Speisestärke binden. Abschmecken - jedoch ist Nachwürzen meist nicht mehr nötig.

Das Fleisch quer zur Faser in Scheiben schneiden und in der Sauce anrichten.