



Zuber's Rezept-Tipp: Bœuf Bourguignon

Zutaten aus Ihrer Metzgerei Zuber:

1 kg Rindfleisch zum Schmoren (Schulter oder Hochrippe)
150 g magerer Speck, 2 Gläser Rinderfond

Weitere Zutaten:

1 Karotte, 1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 1 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, 2 EL Mehl, 500 ml Rotwein (Burgunder), 1 EL Tomatenmark, 1 Bouquet Garni (Kräutersträußchen aus 3-4 Stängel Petersilie, 1 Zweig Thymian und 1 Lorbeerblatt)

Zutaten für die Schmorzwiebeln und Champignons:

20 kleine Perlwiebelchen oder Schalotten, 20 g Butter
220 g kleine Champignons, 30 g Butter

Vorbereitungen:

Das Fleisch in grobe Würfel schneiden, Gemüse putzen, waschen und in ca. 1 cm breite Scheiben schneiden, den Knoblauch fein hacken, den Speck in Streifen schneiden.

zuber

besser genießen. besser leben.

Bœuf Bourguignon

Rezept und Zutaten für 4 Personen

Die Zubereitung Fleisch:

- Die Speckstreifen in einem Bräter bei mittlerer Hitze leicht braun anbraten. Herausnehmen und beiseitestellen; das Fett im Bräter lassen. Das Fleisch portionsweise rundum 2-3 Minuten scharf anbraten und herausnehmen
- Zwiebel und Karotten mit Olivenöl im Bräter anrösten, entnehmen und auf die Seite stellen; überschüssiges Fett abgießen. Fleisch und Speck zu dem Röstgemüse geben, vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Mehl bestäuben. Alles zusammen kurz anschwitzen. Danach wird mit Wein abgelöscht; kurz einköcheln lassen und mit soviel Rinderfond aufgießen, bis das Fleisch bedeckt ist. Das Tomatenmark und den Knoblauch zugeben und aufkochen lassen. Das Kräutersträußchen mitzugeben.
- Das Fleisch abgedeckt im vorgeheizten Ofen bei 160°C 3-3,5 Stunden schmoren. Ab und zu umrühren und nach 3 Stunden kontrollieren, ob das Fleisch gar ist.

Zubereitung Schmorzwiebeln und Champignons:

- Butter bei milder Hitze in einer beschichteten Pfanne schmelzen lassen, die geschälten Zwiebeln im Ganzen dazugeben und 10-15 Minuten langsam goldbraun karamellisieren lassen. Herausnehmen und beiseitestellen. Die Champignons putzen und mit Butter in der gleichen Pfanne ebenfalls langsam goldbraun karamellisieren lassen.
- Wenn das Fleisch gar ist, die Soße vom Fleisch trennen. Am besten durch ein Sieb geben und in einem Topf auffangen. Fleisch und Gemüse beiseitestellen; das Kräutersträußchen entfernen.
- Die Soße aufkochen und einköcheln lassen; ggfs. das Fett abschöpfen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fleisch, Gemüse, Schmorzwiebeln,- und Pilze zur Soße geben.

Wir wünschen viel Freude beim Genießen!