

BŒUF BOURGUIGNON



Boeuf Bourguignon, schon beim Namen läuft einem das Wasser im Mund zusammen. Es ist ein typisches, traditionelles Gericht, das, wie der Name schon sagt, aus dem Burgund stammt. Ursprünglich ist es ein einfaches bäuerliches Gericht, mit dem festes und zum Braten weniger geeignetes Rindfleisch durch die Zugabe von Rotwein, Möhren und Zwiebeln zart geschmort wurde. Es gibt zwischenzeitlich unzählige Rezeptvarianten hier

das Rezept für die „Klassische-Variante“

Zutaten:

1 kg Rindfleisch
(Bug oder Falsches Filet)
150 g geräucherter Speck
2 Zwiebeln mittelgroß
2 Karotten mittelgroß
3 Knoblauchzehen
1 l. Rotwein
Petersilie
2 Lorbeerblätter
1 Thymianzweig
30 g Mehl
Speiseöl zum Braten
Salz, Pfeffer

Zubereitung am Vortag:

1. Rindfleisch in Stücke schneiden. (ca. 80 g)
2. Möhren schälen und in dicke Scheiben schneiden
3. Zwiebeln schälen und in dicke Stücke schneiden
4. Knoblauch schälen, Zehen halbieren und leicht andrücken.
5. Einige Petersilienstengel, Thymian und Lorbeerblätter zu einem Strauß (Bouquet garni) binden.
6. Fleischstücke in eine Schüssel geben, salzen und pfeffern, Möhren, Zwiebeln, Knoblauch und Bouquet garni hinzufügen. Den Rotwein darüber gießen, bis alles bedeckt ist. Das ganze abdecken (z.B. mit Frischhaltefolie) und im Kühlschrank für mindestens 12 Stunden, besser 24 Stunden, aufbewahren.

Am nächsten Tag:

1. Fleisch über ein Sieb abschütten und Sud in separater Schüssel auffangen.
2. Fleischstücke herausnehmen und leicht mit Küchenpapier abtupfen.
3. Etwas Öl in den Bräter und die Fleischstücke in heißem Fett rundum gleichmäßig anbraten.
4. Fleischstücke herausnehmen
5. Im Bräter den gewürfelten Speck anbraten, die abgetropften Möhren und Zwiebeln hinzugeben und leicht anbraten. Fleisch hinzufügen, mit Mehl bestäuben und die Masse unter Wenden vermengen. Den Rotweinsud und das Bouquet garni hinzufügen, vermengen und abgedeckt bei kleiner bis mittlerer Hitze ca. 2,5 Stunden schmoren lassen.

Vor dem Servieren das Ganze mit gehackter Petersilie besträuen.
Traditionell werden der Topf und die Beilagen auf den Tisch gestellt.

Bon Appetit

Tip

Fleischauswahl: Am besten eignet sich Schmorbraten aus dem Bug oder Falsches Filet. Fleisch aus der Hüfte eignet sich weniger, da es nach dem Schmorvorgang leicht zerfällt. Pro Person sollte man 180-200 g kalkulieren

Wein: Im Originalrezept wird logischerweise Burgunder verwendet, es kann aber auch ein anderer kräftiger Rotwein sein.

Topf: Für die Zubereitung eignet sich am besten ein Gußeisenbräter oder –topf zum Beispiel von „Le Creuset“ oder „Staub“.

Marinieren: In den unterschiedlichen Rezepten wird nur das Fleisch, in anderen das Fleisch mit den Zutaten 2 - 24 Stunden in Rotwein eingelegt. Den besten Geschmack erreicht man, wenn alle Zutaten, wie in diesem Rezept, ca. 24 Stunden mariniert werden.

Beilagen: Salzkartoffeln oder Bandnudeln

