

Boeuf à la mode

Caritas-Altenheim St. Josef, Denkendorf

Zutaten

1 kg Rindfleisch (Keule oder Bug)

Zutaten für die Beize

1,5 l Wasser

0,5 l Essig

je 200 g Wurzelgemüse (Karotten, Lauch, Sellerie)

1 Zwiebel

Gewürze wie Wacholderbeeren, Pfefferkörner, Lorbeerblatt, getrocknete Kräuter, Salz

Zutaten für die Zuckereinbrenne

60 g Öl

2 TL Zucker

80 g Mehl

1 -1,5 l Beize

Zubereitung

Fleisch waschen, Wurzelgemüse waschen, grob teilen, alles in eine Schüssel mit Deckel geben, Beize herstellen, kalt über Fleisch gießen, sodass es bedeckt ist, 3 - 5 Tage darin liegen lassen.

Das Fleisch herausnehmen, die Beize aufkochen, falls zu scharf, verdünnen, Fleisch in kochende Beize geben, ca. 1,5 Std. weich kochen.

Das Fett erhitzen, Zucker und Mehl darin bräunen, mit Kochfond aufgießen. 15 Min. köcheln lassen, passieren, abschmecken
Fleisch in Scheiben schneiden, in die Sauce legen.

Abwandlung

In Franken wird zur Herstellung Soßenlebkuchen verwendet, dafür die Mehlmenge verringert.

Tipp

Als Beilage beliebt Salzkartoffeln, Semmelknödel, Spätzle, Knödel aus gekochten Kartoffeln.

Im Sommer die Beize abkochen und erkaltet über das Fleisch geben.