

STRACOTTO DI MANZO

VOM HOCHLANDRIND

BADHAUS 5

BIO-FLEISCH · REGIONAL · BEWUSST GENIESSEN





FÜR 4 PERSONEN



ZEIT:
20 Min. Vorbereitungszeit
5 Std. Zubereitungszeit



DAZU PASST:
TAGLIATELLE

VIEL SPASS
BEIM KOCHEN!

ZUTATEN

1kg Rinderbraten vom dünnen Bug	1-2 Zweige Rosmarin
750ml Rotwein (z. B. Barolo)	1-2 Zweige Thymian
500ml Rinderfond oder Gemüsefond	1-2 El Olivenöl
3 EL Tomatenmark	Stärke zum Andicken
1 EL brauner Zucker	Salz, Pfeffer nach Belieben
3 Karotten	Parmesan nach Bedarf
3 Stangen Staudensellerie	
1 Fenchelknolle	
2 Zwiebeln	
2 Knoblauchzehen	

B5

weitere Tipps unter: badhaus-5.de

1 Gemüse schälen und in kleine Stücke schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und ebenfalls kleinschneiden.

2 Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und in Öl in einem Bräter mit Deckel von allen Seiten scharf anbraten.

3 Fleisch aus dem Bräter nehmen und Zucker in den heißen Topf streuen, so dass es karamellisiert. Dazu Knoblauch, Zwiebeln und das ganze Gemüse dazugeben und anbraten. Tomatemark dazugeben und ebenfalls anbraten.

4 Mit etwas Rotwein ablöschen und einreduzieren lassen. Nach und nach den restlichen Rotwein dazugeben und immer wieder einreduzieren lassen.

5 Jetzt den Braten hineinlegen, den Rinderfond bzw. Gemüsefond dazugeben und die Kräuter einlegen. Deckel auflegen und alles bei

130°C (Umluft) im vorgeheizten Backofen für etwa 5 Stunden garen.

6 Gelegentlich das Fleisch wenden und Flüssigkeit dazugießen.

7 Bräter nach 5 Stunden aus dem Backofen nehmen und Soße durch die flotte Lotte passieren.

8 Falls die Soße am Ende zu flüssig bleibt, mit etwas Stärke (die im kalten Wasser aufgelöst wird) dazugeben, auf dem Herd nochmals aufkochen lassen und abschmecken.

9 Das Fleisch auf ein Brett heben und in dünne Scheiben schneiden. Etwas von der Soße darauf löffeln, damit es saftig bleibt. Zum Schluss die Tagliatelle unter die Soße heben und zum Servieren etwas Parmesan darüberreiben.

Guten Appetit!