Feiner Rinderschmorbraten

Zutaten für 4 Portionen:



800-1000 g Rindfleisch
(aus der Schulter oder Keule)
1 Bund Suppengemüse
3 Mittelgroße Zwiebeln
1-2 Zehen Knoblauch
3 Esslöffel Pflanzenöl
½ Esslöffel Zucker
1 Esslöffel Tomatenmark
400 ml Rinderfond
1-2 Esslöffel Saucenbinder dunkel
Salz und schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Fleisch waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer einreiben. Suppengrün waschen, putzen oder schälen. Das Gemüse grob zerteilen. Zwiebeln und Knoblauch schälen und grob zerkleinern.

Ofen auf 160° vorheizen. Das Öl in einem Bräter erhitzen, Fleisch darin rundherum anbraten, dabei immer wieder wenden. Gemüse und Zwiebeln dazugeben, 2-3 Min. andünsten. Zucker und Tomatenmark zugeben, 2 Min. anbraten. Rinderfond dazu gießen und aufkochen lassen.

Den Braten im heißen Ofen (2. Schiene von unten) 1,5 Std. zugedeckt schmoren.

Den Braten herausnehmen, den Sud durch ein Sieb in einen Topf gießen. Braten wieder in den Bräter legen und zugedeckt 10 Min. im abgeschalteten Ofen ruhen lassen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Saucenbinder binden.

ANMERKUNG:

Wenn man Rinderbraten zubereiten möchte, unterscheidet man zunächst zwischen Schmorbraten und Braten. Ein Schmorbraten wird in Flüssigkeit gegart, während ein Braten ganz ohne Flüssigkeit gebraten wird. Wichtig ist, dass man auf gute Qualität, und somit auf Farbe, Fettanteil und Marmorierung achtet. Ich persönlich verwende am liebsten gut durchwachsenes Rindfleisch aus der Schulter für Schmorbraten, für einen „normalen" Rinderbraten hingegen, Fleisch aus der Hüfte/Keule nehmen.