

Rindskopfbäggli im Sellerie-Rotwein-Sud



Meine Wahl.

- Gesamtzeit: 2 h
- Aktivzeit: 30 min
- Einfach



Zutaten

für 4 Personen

- 800 g** Rindskopfbäggli vom Schweizer Rind
- 650 g** Sellerie
- 4** Zwiebeln
- 3 EL** HO-Sonnenblumenöl oder HOLL-Rapsöl
- 4 dl** trockener Rotwein
- 6 dl** Rindsbouillon
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 2** Lorbeerblätter
- 4 EL** Holunderblütensirup

Nährwerte

1 Portion (ohne Risotto und Pesto) enthält ca.:

- 538** kcal
- 42 g** Eiweiss
- 17 g** Kohlenhydrate
- 25 g** Fett

Glutenfrei

Laktosefrei

Tipp

Die Bäggli solltest du in deiner Metzgerei vorbestellen.

Zubereitung

- 1** Rindsbäggli 1 Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen. Sellerie und Zwiebeln schälen und würfeln.
- 2** Öl in einem Bräter auf hoher Stufe erhitzen. Bäggli darin von allen Seiten während je ca. 3 Minuten anbraten, danach herausnehmen. Zwiebeln und Sellerie in den Bräter geben und für 2–3 Minuten rösten. Mit Rotwein ablöschen, den Bratensatz loskochen und mit Rindsbouillon auffüllen. Mit Salz und Pfeffer würzen, Lorbeerblätter dazugeben und Bäggli in den Sud legen. Geschlossen bei milder Hitze ca. 90 Minuten garen.



Meine Wahl.

- 3 Holunderblütensirup zugeben, nochmals aufkochen und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Lorbeerblätter entfernen, Bäggli herausnehmen und portionieren. Sofort mit dem geschmorten Gemüse und der Sauce auf vorgewärmten Tellern anrichten und direkt servieren.

Dazu passt Weissweinsrisotto mit geriebenem Sbrinz und Petersilienpesto.

Erhalte Rezepte, Tipps und spannende Geschichten rund um Schweizer Fleisch auf schweizerfleisch.ch.