


Rindssaftplätzli perfekt schmoren



Der feine Unterschied.

 Gesamtzeit: 1 h 25 min

 Aktivzeit: 25 min

 Einfach



Zutaten

für 4 Personen

- 8 Saftplätzli vom Schweizer Rind
- 2 Rüebli, geschält, in Würfel geschnitten
- 300 g Knollensellerie, geschält, in Würfel geschnitten
- 2 Zwiebeln, in Würfel geschnitten
- 5 Zweige Peterli, fein gehackt
- 6 dl Fleischbouillon
- 40 g Butter
- 1 TL Salz
- Pfeffer aus der Mühle

Nährwerte

1 Portion (ohne Bratkartoffeln) enthält ca.:

- 272 kcal
- 30 g Eiweiss
- 8 g Kohlenhydrate
- 12 g Fett

 Glutenfrei

 Laktosefrei

Tipp

Für Saftplätzli eignen sich zum Beispiel der «Runde Mocken» oder Stücke aus der Rindsschulter. Besprich mit dem Profi in deiner Metzgerei, welches Stück zu deinem Geschmack passt.

Zubereitung

- 1 Butter und Gemüse in den Topf geben, Peterli, Salz und Pfeffer darüberstreuen und das Fleisch darauf verteilen.
- 2 Das Ganze mit der Bouillon übergiessen und zugedeckt auf hoher Stufe erhitzen, bis die Bouillon zu kochen beginnt. Dann die Temperatur sofort zurückdrehen und bei niedriger Stufe zugedeckt ca. 1 Stunde köcheln lassen.



Der feine Unterschied.

3 Nach ca. 1 Stunde testen, ob das Fleisch gar ist: Mit einer Fleischgabel in die Saftplätzli stechen – wenn sich die Gabel widerstandslos hineinstecken lässt, sind die Plätzli servierbereit.

4 Plätzli rausnehmen und mit dem Gemüse und etwas Bouillon anrichten.

Dazu passen Bratkartoffeln.

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