# Rindsbraten richtig schmoren

Schweizer Fleisch
Meine Wahl.

Gesamtzeit: 2 h 35 min
Aktivzeit: 35 min
Marinieren: 1 Tag
Einfach



## Zutaten

für 6 Personen

| | |
|---|---|
| **1.2 kg** | Schulter vom Schweizer Rind, gebunden |
| **2** | Zwiebeln, geschält, halbiert |
| **3** | Rüebli, geschält, längs halbiert |
| **100 g** | Knollensellerie, in Würfel geschnitten |
| **10** | schwarze Pfefferkörner, zerdrückt |
| **2** | Lorbeerblätter |
| **2 Zweige** | Thymian |
| **2 Zweige** | Rosmarin |
| **2** | Gewürznelken |
| **7.5 dl** | Rotwein, trocken |
| **4 EL** | Öl |
| **3 EL** | Tomatenpüree |
| **5 dl** | Bratenfond |
| **1 EL** | Zucker |
| | Pfeffer aus der Mühle |

## Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

| | |
|---|---|
| **460** | kcal |
| **46 g** | Eiweiss |
| **11 g** | Kohlenhydrate |
| **16 g** | Fett |

Glutenfrei
Laktosefrei

**Einheimisches Futter:**

Im Video erzählen dir Jolanda und Werner Gschwind, weshalb genau das ihr feiner Unterschied ist.

## Zubereitung

1. Gemüse, Gewürze und Pfeffer in eine grosse Schüssel geben, Rindsschulter dazugeben, mit Kräutern belegen und komplett mit Rotwein bedecken. Achtung: Niemals Salz oder salzhaltige Gewürze in eine Marinade geben, sonst trocknet das Fleisch aus. Zugedeckt möglichst 24 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.

2. Nach ca. 24 Stunden Fleisch aus der Marinade holen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Marinade durch ein Sieb in eine Schüssel giessen. Gemüse und Kräuter beiseitestellen.

3 Öl in den Topf geben und auf höchster Stufe erhitzen. Wenn das Öl heiss ist, d.h. flüssig wie Wasser, Fleisch hineingeben, rundum ca. 4 Minuten goldbraun anbraten und beiseitelegen.

4 Herd auf mittlere Stufe stellen und das Gemüse braten, bis es goldbraun ist. Dann Tomatenpüree hinzugeben, 4 Minuten mitrösten und mit Marinadenflüssigkeit ablöschen.

5 Marinadenflüssigkeit 3 Minuten einkochen lassen, Bratenfond und Zucker dazugeben, gut umrühren und Flüssigkeit aufkochen. Dann den Braten dazugeben – das Fleisch sollte gut mit Flüssigkeit bedeckt sein. Zugedeckt auf kleiner Stufe ca. 1,5 bis 2 Stunden schmoren lassen.

6 Nach 1,5 Stunden Schmorzeit mit der Fleischgabel testen, ob das Fleisch gar ist. Wenn sie sich einfach in den Braten stechen lässt, ist es perfekt. Fleisch herausholen und mit Alufolie zugedeckt beiseitestellen.

7 Herd auf mittlere Stufe stellen und den Bratenfond einkochen, bis er eine sirupartige Konsistenz hat. Anschliessend durch ein Sieb in eine Schüssel giessen – fertig ist die Bratensauce. Das Gemüse im Sieb kann als Beilage serviert werden.