

# Siedfleisch vom Rind mit lauwarmen Balsamico-Linsen



Gesamtzeit: 2 h 30 min

Aktivzeit: 25 min

Einfach



## Zutaten

für 4 Personen

**1 kg** Siedfleisch vom Schweizer Rind (z.B. Schulterspitz)

**200 g** grüne Linsen (über Nacht in kaltem Wasser einweichen)

**1** Zwiebel

Salz

**7** Pfefferkörner

**1** Lorbeerblatt

**150 g** Lauch

**1** Rüebli

**100 g** Sellerie

**20 g** Butter

**3 EL** Balsamico

Pfeffer aus der Mühle

Zucker

**1 EL** Olivenöl

**1 Bund** Peterli

**1 Bund** Schnittlauch

## Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

**590** kcal

**65 g** Eiweiss

**30 g** Kohlenhydrate

**21 g** Fett

Glutenfrei

Laktosefrei

## Tipp

Lass dich in deiner Metzgerei beraten, welche Stücke sich besonders gut zum Sieden eignen.

## Zubereitung

**1** Siedfleisch mit kaltem Wasser bedecken und langsam zum Kochen bringen. Schaum mit einer Schaumkelle sorgfältig entfernen, Zwiebel, Salz, Pfefferkörner und Lorbeer zugeben und bei milder Hitze ca. 2,5 Stunden garen, bis das Fleisch weich ist.

Erhalte Rezepte, Tipps und spannende Geschichten rund um Schweizer Fleisch auf [schweizerfleisch.ch](http://schweizerfleisch.ch).



**Meine Wahl.**

- 2 Gemüse putzen und fein würfeln. Eingeweichte Linsen abgiessen und abspülen. Gemüse in der Butter andünsten, Linsen zugeben und mit so viel Brühe vom Siedfleisch auffüllen, dass sie knapp bedeckt sind. In ca. 10–12 Minuten weich kochen. Gegebenenfalls etwas Brühe zugeben. Die Flüssigkeit sollte fast verkocht sein. Linsengemüse mit Balsamico, Pfeffer, Salz, einer Prise Zucker und etwas Olivenöl würzen. Peterli und Schnittlauch fein schneiden und unterheben.
- 3 Das Siedfleisch in dünne Scheiben schneiden und mit dem Linsengemüse servieren.

Erhalte Rezepte, Tipps und spannende Geschichten rund um Schweizer Fleisch auf [schweizerfleisch.ch](http://schweizerfleisch.ch).