

Rheinischer Sauerbraten

Zutaten

- 125 ml Rotweinessig
- 125 ml Rotwein
- 625 ml Wasser
- 2 Lorbeerblätter
- 6 Wacholderbeeren
- 1 TL schwarze Pfefferkörner
- 1 EL MAGGI Würze
- 1 kg Rindfleisch, Hüfte o. Bug
- 50 g Zwiebeln
- 90 g Karotten
- 2 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 2 TL MAGGI Brühe mit Rind
- 100 g Rosinen
- etwas Soßenbinder für dunkle Soßen

Zubereitung

1. Für die Marinade: Rotweinessig, Rotwein, 250ml Wasser, Lorbeerblätter, Wacholderbeeren, Pfefferkörner und MAGGI Würze in einen Topf geben, aufkochen lassen und zugedeckt ca. 5 Min. köcheln lassen. Die Marinade etwas abkühlen lassen.
2. Rindfleisch waschen, trocken tupfen und ca. 2 Stunden in der Marinade einlegen. Den Braten ab und zu wenden. Nach dem Marinieren das Fleisch trocken tupfen, die Marinade durch ein Sieb gießen und 125 ml der Marinierflüssigkeit abmessen.
3. Zwiebeln schälen und in Würfel schneiden. Karotten schälen und in grobe Scheiben schneiden.
4. In einem Bräter: THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen und das Fleisch darin kräftig anbraten. Karotten und Zwiebeln kurz mitdünsten. Den Braten mit der abgemessenen Marinade ablöschen. MAGGI Brühe mit Rind in 375ml Wasser auflösen und zugießen. Den Braten im geschlossenen Bräter ca. 2 Stunden bei geringer Wärmezufuhr auf dem Herd schmoren. Ab und zu den Braten wenden.
5. Das Fleisch herausnehmen und warmhalten. Die Soße pürieren. Rosinen zur Soße geben und ca. 10 Min. köcheln lassen. Mit Soßenbinder bis zur gewünschten Sämigkeit binden. Dazu passen Kartoffelknödel.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	18 g
Energie	361 kcal
Fett	10 g
Protein	45 g

🕒 149 Minuten

⊕ 5 Portionen