



Hauptgang

Rindsragout mit Senf

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

Legende: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)

1.200 gr	Rindfleisch (Huft), in Würfel geschnitten
100 gr	Bratbutter
1 ganze	Zwiebel, geschält und in Würfel geschnitten
1 ganze	Karotte, gross, geschält und in kleine Würfel geschnitten
1/2 Knolle	Sellerie, gesäubert, in kleine Würfel geschnitten
1 Stange	Stange Lauch in feine Röllchen geschnitten)
3 Zehen	Knoblauch, geschält, fein gehackt (oder gepresst)
1/2 Bund	Petersilie,
1/2 Bund	Thymian
1 Stück	Lorbeerblatt
3 EL	Mehl
5 EL	Senf, gekörnt
1 EL	Tomatenmark
4 dl	Rotwein, schwer
	Salz, Pfeffer aus der Mühle
1 EL	Rindsbouillongranulat

Zubereitung:

Backofen	Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.
Rindfleisch Zwiebel, Karotte, Sellerie, Lauch,	Das Fleisch in gleichmässige Würfel schneiden und mit einem Fleischgewürz (oder Salz und Pfeffer) würzen. In der Bratpfanne bei starker Hitze allseits gut anbraten, würzen und das Gemüse (Zwiebel, Karotte, Sellerie, Lauch) etwas mitbraten. Mit kräftig Aromat, etwas Salz sowie Pfeffer aus der Mühle würzen.
Mehl, Tomatenmark	Das Mehl darüber stäuben und mitrösten lassen. Jetzt das Tomatenmark auf dem Pfannenboden etwas anrösten. Achtung: Das Tomatenmark darf braun jedoch nicht schwarz werden. Es wird sonst bitter.
Senf, Knoblauch, Rotwein, Rindsbouillongranulat	Den Senf sowie den Knoblauch dazugeben und mit den Rotwein ablöschen und damit den Bratensatz auflösen. Das Rindsbouillongranulat beifügen. Umrühren.
Lorbeerblatt	Das Fleisch-Gemüsegemisch in einen Bräter geben. Das Lorbeerblatt zufügen. Ca. 3-5 dl Wasser zufügen und das Ragout zugedeckt im Ofen bei 180° 1.25 bis 1,5 Stunden garen lassen.
	Abschmecken vor dem Servieren.

Tipp:

Ein Schweinsfüsschen und zwei, drei Rindsknochen (oder Markknochen) können in der Bratpfanne – vor dem Anbraten des Fleisches – allseits angeröstet werden. Den Schweinsfuss sowie die Knochen die ganze Zeit mitkochen.