Auch dieses Gericht braucht kein eigenes Rezept …



Zwei mit Salz und Pfeffer gewürzte und in Öl gegarte Entrecôtes mit zwei gegarten Peperoni

Diesmal bin ich ohne Vorbestellung oder einen Plan zum Schlachter meines Discounters gegangen und fragte ihn, ob er etwas Spezielles im Sortiment oder Angebot habe. Dies hatte er jedoch nicht, so dass ich mir dann einige Minuten die Auslagen in seiner Fleischtheke anschaute. Etwas Besonderes fand ich nicht, was sich vielleicht in der Adventszeit oder vor den Feiertagen noch ändern kann. Ich kaufte dann zumindest zwei sehr schöne Entrecôtes – Bestandteil dieses "Rezepts" –, mit kräftiger Fettmarmorierung, einen Schweinekrustenbraten für morgen, geräucherte Speckscheiben zum Einwickeln von Fleisch und zum Garen und noch ein wenig Rinderhackfleisch – das kann man tiefgefroren immer gebrauchen oder verwenden.



Zwei leckere Entrecôtes mit kräftiger Fettmarmorierung, die den Geschmack des Fleischs unterstützt

Kein Rezept! Keine Angaben zu Zutaten, Mengenangaben oder zur Zubereitung. Das schaffen Sie selbst, sozusagen aus da Lameng – Redewendung aus meiner Heimat Kurpfalz (von französisch *la main* – die Hand). Nur soviel dazu: Nur Entrecotes gewürzt in die heiße Pfanne mit Olivenöl geben, dazu zwei Peperonis. Alles von beiden Seiten jeweils 2–3 Minuten anbraten, servieren, fertig!

Na, geht Kochen noch schneller und unkomplizierter?

Entenschenkel in scharfer Orangensenfsauce auf

Basmatireis



Entenschenkel mit Orangenscheiben in scharfer Orangensenfsauce, garniert mit Basilikum und Kräuterbutter

Ein außergewöhnliches Gericht, weil es so unterschiedliche Geschmacksrichtungen wie scharf, süß, sauer, würzig und pikant zusammenführt und dazu auch noch gut schmeckt. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- 2 Entenschenkel mit Rückenstück, ca. 800 g
- 1 große rote Zwiebel
- 4 Knoblauchzehen
- 3 frische rote Chilischoten
- 1 Stück Ingerwurzel
- 1 Tomate
- 100 ml trockener Sherry
- 200 ml Geflügelfond
- Saft einer Orange

- Saft einer halben Zitrone
- 100 ml Sahne
- 1 TL Hoisinsauce
- 3—4 EL scharfer Senf
- 2 mittelgroße Orangen
- frisch gemahlenes Meersalz
- frisch gemahlener Pfeffer
- Butter
- Kräuterbutter
- 4—5 Zweige frisches Basilikum
- 1 Tasse Basmatireis

Zubereitungszeit: 1 ½ Stdn.

Als erstes setzen Sie einen Topf mit Wasser auf, das Sie erhitzen. Ritzen Sie die Tomate an mehreren Stellen ein und geben sie einige Minuten in das kochende Wasser, um sie zu blanchieren. Dann nehmen Sie sie heraus, ziehen die Haut ab, schneiden den Strunk heraus und zerschneiden sie in ganz kleine Würfel. Das erhitzte Wasser können Sie noch zur Zubereitung des Basmatireis verwenden.

Schälen Sie die Zwiebel und die Knoblauchzehen und schneiden Sie in dünne Streifen. Schälen Sie die Ingwerwurzel und schneiden sie ebenfalls wie die Chilischoten in kleine Stücke. Pressen Sie eine Orange und eine halbe Zitrone aus und geben den Saft in eine kleine Schüssel.



Die schönen Entenschenkel mit Rückenteil vor ...

Die Entenschenkel mit dem Rückenteil teilen Sie mit einem kräftigen Hackmesser am Gelenk in jeweils zwei Teile, so dass Sie vier Fleischstücke vorliegen haben. Würzen Se sie mit frisch gemahlenem Salz und Pfeffer und massieren die Gewürze in das Fleisch ein. Erhitzen Sie eine große Portion Butter in einer großen Pfanne und braten die Entenstücke auf beiden Seiten für jeweils 3–4 Minuten an. Dann die Ententeile herausnehmen und warm stellen.



... und nach Einsatz des Hackmessers

In der in der Pfanne verbliebenen Butter braten Sie Zwiebel, Knoblauchzehen, Ingwer und Chilischoten an. Dabei kräftig die Röststoffe, die vom Anbraten der Ententeile verblieben sind, vom Boden der Pfanne lösen. Das Gemüse ein wenig braun werden lassen. Mit dem Sherry ablöschen, dann den Gemüsefond hinzugeben und den Saft von Orange und Zitrone. Ein wenig köcheln lassen.

Schließlich geben Sie die Sahne, die Hoisinsauce und den scharfen Senf hinzu. Hoisinsauce bekommen Sie in jedem Asiashop, es ist eine traditionelle asiatische Sauce, die zur Zubereitung von Ente verwendet wird. Sie ist sehr sämig, also gebunden, hat würzige und scharfe Bestandteile wie Sojasauce und Chilischoten, aber auch viele süße Inhaltsstoffe, so dass sie sehr ausgeglichen und harmonisierend wirkt. Verrühren Sie alle Saucenbestandteile in der Pfanne. Eventuell geben Sie noch 100 ml Wasser hinzu, wenn die Sauce jetzt schon zu kräftig schmeckt.

Legen die Ententeile wieder in die Sauce. Dann lassen Sie alles bei geringer Hitze ohne Deckel auf der Pfanne etwa 45 Minuten köcheln und reduzieren.

15 Minuten vor Ende der Garzeit schälen Sie zwei Orangen großzügig, so dass auch das Weiße der Schale entfernt wird und Sie nur noch Fruchtfleisch vorliegen haben. Schneiden Sie die beiden Orangen dann in dünne Scheiben und geben sie in die köchelnde Sauce hinzu.

Dann bereiten Sie noch den Basmatireis zu.

Richten Sie den Basmatireis auf großen Tellern an, geben Sie für jede Person einen Entenschenkel und ein -rückenteil dazu. Dann verteilen Sie noch die mitgegarten Orangenscheiben auf dem Gericht, übergießen alles großzügig mit der Orangensenfsauce und garnieren das Gericht noch mit einigen frischen Basilikumblättern. Und dann geben Sie noch einige dünne Scheiben Kräuterbutter auf de Ententeile.

Abwandlungen des Gerichts, die mir beim Kochen einfielen, die ich aber nicht umgesetzt habe, möchte ich Ihnen nicht vorenthalten:

- Für noch stärkeren Senfgeschmack geben Sie noch zwei Esslöffel Senf hinzu.
- Verfeinern können Sie das Gericht auch noch mit Mandelstiften, Pinienkernen oder ähnlichen Nüssen, die sich dafür eignen. Zum Gericht passen Nüsse sehr gut. Sie können sie in Butter bräunen und dann in der Sauce mitköcheln oder aber erst später beim Anrichten auf das Gericht geben.
- Und wenn Sie es wirklich (!) scharf haben wollen und Ihnen drei Chilischoten nicht ausreichen, dann nehmen Sie statt dessen eine halbe, getrocknete Schote Bih Jolokia. Aber aufgepasst, das ist dann richtig scharf!

Kalbszungengeschnetzeltes in Currysauce mit Mandelstiften auf Basmatireis



Kalbszungengeschnetzeltes mit Currysauce auf Basmatireis mit Basilikumblättern garniert

Dieses wunderbare Kalbszungengeschnetzelte in Currysauce ist schnell zubereitet und braucht aufgrund der verwendeten Zutaten nicht länger geköchelt oder reduziert werden. Zutaten hinzugeben, aufkochen, fertig. Sie müssen nur die Kalbszunge vorher in einem Gemüsesud zwei Stunden kochen, damit sie das gegarte Fleisch verwenden können. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- 350 g gekochte Kalbszunge
- 2 weiße Zwiebeln
- 5 Knoblauchzehen
- 10 Mandeln

- 100 ml Sahne
- 100 ml trockener Weißwein
- 100 ml Gemüsefond
- 2 TL Hot Madras Curry Pulver
- 1 TL thailändische gelbe Currypaste
- ½ TL thailändische rote Currypaste
- Salz
- Pfeffer
- Koriander
- mehrere frische Basilikumblätter
- Butter
- 1 Tasse Basmatireis

Zubereitungszeit: 40 Min.

Entfernen Sie von der zuvor in einem Gemüsesud gegarten Zunge die obere Haut, sie ist schwer zu garen und zu verzehren.

Schneiden Sie die Zunge a) in dünne Scheiben, b) die Scheiben quer in zwei Hälften und diese c) in dünne Streifen. Erhitzen Sie Butter in einer großen Pfanne und braten das Kalbszungengeschnetzelte darin kräftig an. Mit frisch gemahlenem Salz, Pfeffer und Koriander würzen. Das Geschnetzelte 5–10 Minuten kräftig braun anbraten. Dann aus der Pfanne nehmen und warm stellen.

Die Zwiebeln und die Knoblauchzehen schälen und klein schneiden. In der gleichen Pfanne erneut ein Stück Butter erhitzen und de Zwiebeln und den Knoblauch anschwitzen, bis sie leicht gebräunt sind. Die Röststoffe mit einem Schaber immer gut aus der Pfanne lösen. Das Gemüse aus der Pfanne herausnehmen und ebenfalls warm stellen.

Die Mandeln der Länge nach in dünne Streifen schneiden. Wiederum eine Portion Butter in der Pfanne erhitzen und die Hälfte der längsgeschnittenen Mandeln für ein paar Minuten braun anbraten. Herausnehmen und zu dem Geschnetzelten und dem Gemüse legen.



In Butter angebatenes Kalbszungengeschnetzeltes,
Zwiebeln und Knoblauch und Mandelstifte

Das Geschnetzelte, Gemüse und die Mandeln in der Pfanne in Butter erhitzen. Mit der Sahne ablöschen. Dann den Weisswein hinzugeben. Sollten Se vor kurzem die Kalbszunge in einem Gemüsesud gegart haben und von der Gemüsebrühe noch übrig haben, dann geben Sie zwei Schöpflöffel der Brühe hinzu. Ansonsten nehmen Sie einen fertigen Gemüsefond.

Das Currypulver bzw. die -pasten hinzugeben. Sie sind in jedem Asia-Shop erhältlich — vor Ort oder online. Das Hot Madras Curry Pulver ist zwingend notwendig. Wenn Sie die thailändischen Currypasten nicht vorrätig haben, können Sie auch einfach mit einem oder mehreren thailändischen Chilischoten abhelfen.

Das Fleisch, Gemüse, Pulver bzw. die Pasten und Sahne, Weisswein und Fond geben so viel Geschmack, dass das Ganze gar nicht mehr geköchelt und reduziert werden muss, sondern eigentlich sofort fertig angerichtet werden kann.



Kalbsgeschnetzeltes in der Pfanne mit Sahne, Weisswein und Fond

Bereiten Sie parallel zur Zubereitung des Geschnetzelten den Basmatireis zu.

Richten Sie den Basmatireis auf einem großen Teller an, geben von dem Geschnetzelten hinzu und gießen von der Sauce darüber. Dann garnieren Sie alles mit der zweiten Hälfte der längsgeschnittenen Mandeln und vielen Basilikumblättern.

Kalbszunge mit Gemüse in Brühe



Kalbszunge in Brühe

Dieses Mal ist die Zubereitung der Kalbszunge gut gelungen. Ich habe sie 2 Stunden in einem Gemüsesud gekocht, in Scheiben geschnitten und mit dem Gemüse in der Brühe in einem tiefen Suppenteller angerichtet. Das Fleisch ist butterweich geworden. Das Rezept ist für eine Person. Wenn Sie die doppelte Menge an Kalbszunge garen, reicht das Gemüse und die Gemüsebrühe auch für zwei Personen.

Zutaten:

- 350 g Kalbszunge
- 2 Zwiebeln
- 5 Knoblauchzehen
- 1 Stange Lauch
- 2 Lauchzwiebeln
- 1 Karotte
- 1 Stange Meerrettich
- 1 Peperoni
- ½ Steckrübe
- 1 großes Stück Knollensellerie
- 2 Stängel Staudensellerie

- mehrere Zweige frisches Liebstöckel
- 2—3 Zweige frische Minze
- 2—3 Zweige frische Melisse
- 2 Zweige Rosmarin
- Schnittlauch
- 1 l Gemüsefond
- Salz
- Pfeffer

Zubereitungszeit: 2 ½ Stdn.

Erhitzen Sie den Gemüsefond in einem großen Topf. Wenn er kocht, legen Sie die Kalbszunge am Stück hinein und darauf das geschälte und in grobe Stücke zerschnittene Gemüse. Geben Sie die Küchenkräuter im Ganzen dazu. Dann salzen und pfeffern Sie den Gemüsesud. Seien Sie mit dem Pfeffer vorsichtig, der Sud wird durch die hinzugefügte Peperoni und den Meerrettich nach dem Garen sowieso etwas scharf. Dann bei zugedecktem Topf bei kleiner Hitze 2 Stunden köcheln lassen. Nach dem Köcheln nochmals abschmecken.

Die ganzen Küchenkräuter aus dem Sud nehmen. Die Kalbszunge herausnehmen und mit einem großen Messer in dünne Scheiben schneiden. Da die Oberfläche der Zunge auch durch das Garen nicht sehr weich wird, sondern zäh, spröde und sehr schwer zu kauen ist, "schälen" Sie manuell die obere Zungenschicht von den Scheiben ab.

Geben Sie einige der Gemüsestücke in einen tiefen Suppenteller, legen Sie die Zungenscheiben dazu und füllen den Teller mit Gemüsebrühe auf. Mit kleingeschnittenem Schnittlauch und einigen Melisseblättern garnieren.

Kalbszunge asiatisch



Chinapfanne mit Kalbszunge auf Chinanudeln mit Bambussprossen und Mungobohnensprossen

Dies ist - zugegebenerweise - mein erstes Gericht mit Ich habe mich schon darauf gefreut. Kalbszunge. Chinapfanne war perfekt, die Sauce sehr rund und schmackhaft, die frischen Kräuter wie Minze und Melisse passten ebenfalls sehr qut dazu nur die nur kurzgebratenen Kalbszungenscheibchen waren nicht optimal. Sie können Sie nur genießen, wenn Sie kräftige Backenzähne haben. ;-) Fazit meines ersten Versuchs: Zunge eignet sich weniger für's Kurzbraten – auch wenn andere Kollegen das Gegenteil sagen –, ich plädiere für das Schmoren in einem Gemüsesud. Und danach das weitere Zubereiten in vielfältigen Variationen.

Zutaten:

- 350 g frische Kalbszunge
- 100 g Mungobohnensprossen (frisch oder aus dem Glas)
- 100 g Bambussprossen (frisch oder aus dem Glas)

- 2 kleine Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 200 g schnellkochende chinesische Nudeln
- vietnamesische Fischsauce
- Teriyaki-Sauce
- einige Zweige frische Minze
- einige Zweige frische Melisse
- Zucker
- Salz
- Pfeffer
- Sesamöl

Zubereitungszeit: 30 Min.

Wenn Sie eine ganze Kalbszunge zur Verfügung haben, verwenden Sie ein Drittel der Zunge, den in diesem Foto gezeigten linken Teil der Zunge und nicht den dicken rechten Teil, zu dem noch ein großes Stück Muskel gehört, mit dem die Zunge im Gaumen befestigt ist. Schneiden Sie das Drittel Zunge in dünne Scheiben.



Eine prächtige, 1 kg schwere, rohe Kalbszunge

Die Scheiben zeigen deutlich rotes Muskelfleisch und erinnerten mich eigentlich fast an dunkelrote Thunfischstücke, wie man sie vom Sushi kennt. Ich ließ es mir nicht nehmen und probierte eine halbe dieser Kalbszungenscheibchen roh mit Salz und Pfeffer. Das Fleisch schmeckt gut und kräftig, aber schon hier zeigte sich, was ich nach Fertigstellung des Gerichts nochmals merkte: Es ist definitiv Fleisch zum Schmoren, man isst es roh nicht so leicht wie Fleisch zum Kurzbraten wie Filet, Rumpsteak oder italienisches Carpacchio, sondern man muss kräftige Zähne zum Verzehr haben.



Die in Scheiben aufgeschnittene Kalbszunge, reines Muskelfleisch

Bereiten Sie die Chinanudeln in einem Topf mit kochendem Wasser zu. Erhitzen Sie dann reichlich Sesamöl in einem Wok. Geben Sie die Zungenscheiben hinein und braten Sie sie kurz an. Dann salzen und pfeffern Sie das Fleisch und geben eine Prise Zucker hinzu. Geben Sie dann die in achtel Stücke geschnittenen Zwiebeln und die grob gewürfelten Knoblauchzehen hinzu. Dann einen großen Schuss vietnamesische Fischsauce und Teriyakisauce hinzugeben. Lassen Sie alles ein wenig köcheln. Dann mit einer halben Tasse Wasser ablöschen. Geben Sie

Mungobohnensprossen und Bambussprossen hinzu. Alles ein paar Minuten kräftig köcheln lassen. Geben Sie die Chinanudeln hinzu und erhitzen Sie alles nochmal.



Kalbszungenscheibchen und Zutaten im Wok

Richten Sie die Chinapfanne in tiefen Tellern an und geben Sie zum Abrunden des Gerichts frische, kleingeschnittene Minze und Melisse darüber. Chinapfannen isst man traditionsgemäß mit Stäbchen, also sagen Sie Goodbye zu Gabel und Löffel!

Ein Wort an die Vegetarier … oder doch an die Fleischliebhaber?

Ein Rind, ein Kalb oder ein Schwein bietet doch so viele verschiedene Fleischarten, die für so viele unterschiedliche Gerichte verwendet werden können. Ich esse vielleicht einmal im Jahr Rinder- oder Schweinefilet. Einige Male mehr ein schönes Rumpsteak. Aber es muss nicht immer das Fleisch zum Kurzbraten in Form von Steaks sein. Da bieten diese Tiere doch so viel mehr. Hackfleisch, Fleisch für Gulasch, Ragout oder Geschnetzeltes, Bratenfleisch oder Fleisch zum Schmoren. Die letzten Wochen habe ich viel Erfahrung sammeln können mit Fleisch, das vorwiegend zum Schmoren geeignet ist und mit dem ich so viele neue, mir bisher unbekannte und sehr schmackhafte Gerichte zubereitet habe. Wo fange ich an? Bäckchen, Brust, Querrippe, Beinscheiben, Zunge, Niere, Leber, Pansen, Bries (beim Kalb), Herz, Hirn, Wadenfleisch, sogar Schweineschnuten und -pfoten oder Hühnerfüße sind verwertbar. Also, seid kreativ, probiert Neues aus und packt es an! ;—)

Rinderbeinscheiben Kaffeesauce

in



Gegarte Rinderbeinscheiben in Kaffeesauce mit Gemüse und Kaffeewürze



Rinderbeinscheiben in Kaffeesauce, zweite Portion

Dieses Rezept ist eine Ode an die Geschmacksnerven. ;—) Und es ist gefühlt das längste, das ich je gebloggt habe. Verständlich, wenn die Zubereitung über zwei Tage verläuft und insgesamt ca. 9-10 Stunden dauert. Deswegen habe ich auch das einzige Mal zwei einführende Fotos zum Gericht oben abgebildet.

Ende November ist dies ist auch schon das erste Weihnachtsgericht, das ich zubereite — denn immerhin kommen eine Vanilleschote, Gewürznelken, Orangenschale, Kaffeebohnen und Rotwein hinein. Es fehlten eigentlich nur noch Kardamom, Sternanis, Kreuzkümmel und Koriander — wie das Gericht dann schmecken würde, möchte ich im Moment aber nicht wissen. Ich bereite es erst einmal auf die bekannte Weise zu.

Schon alleine die Sauce, die nach dem Grillen von Knochen und Gemüse und dann dem 4-stündigen Köcheln mit Gewürzen, Rotwein und Fond herauskommt, ist sehr schwer und würzig, bevor es dann an die eigentliche Zubereitung der Beinscheiben geht. Jeder sollte sich vor dem Zubereiten des Gerichts also fragen, ob er ein Gericht mit einer Sauce, in der Kaffeebohnen verwendet werden, überhaupt zubereiten möchte. Und ob er das Wagnis zu diesem befremdenden, aber doch neuen und interessanten Geschmack eingehen will.

Und aufgepasst, alle Hobbyköche, die auf Energiesparen setzen und langwierige Gerichte über mehrere Stunden deswegen nicht zubereiten: Die Sauce zu diesem Gericht braucht 4 Stunden Zubereitungszeit. Und die Rinderbeinscheiben als Schmorfleisch nochmals $4\frac{1}{2}$ Stunden. ;—)

Zutaten für die Sauce:

- 700 zerkleinerte Kalbsknochen
- 700 g Suppengrün
- 4 kleine Zwiebeln
- 5 Knoblauchzehen
- 5 Tomaten
- 2 EL Kaffeebohnen
- 1 Peperoni oder auch türkische Spitzpaprika
- ½ Bio-Orange (Schale)

- 3 Nelken
- 1 Vanilleschote
- 500 ml trockener Rotwein
- 750 ml Rinderfond
- 250 ml Wasser

Zubereitungszeit: 4 ½ Stdn.

Zutaten für das Fleischgericht:

- 2 Rinderbeinscheiben, 1,0-1,3 kg
- 600 g Wurzelgemüse (Knollensellerie, Staudensellerie, Lauchzwiebeln, Karotten, Steckrüben, Kartoffeln)
- 6 Schalotten
- 1 l Rinderfond
- 1 EL Aceto Balsamico di Modena
- 1—2 Zweige frische Petersilie
- Salz
- Pfeffer
- Butter
- Traubenkernöl

Zubereitungszeit: 5 Stdn.

Zutaten für die Kaffeewürze:

- 1 TL Kaffeebohnen
- ½ TL grobes Meersalz
- 1 EL frischer Thymian
- 1 EL geriebene Bio-Orangenschale
- 1 TL fein gehackte Bitterschokolade (mind. 75 %)
- 1 rote, thaiiländische Chilischote

Zubereitungszeit: 10 Min.

Sauce:



Gegrillte Knochen und Gemüsestücke in der Bratreine

Bereiten Sie die Sauce, die ja immerhin 4 Stunden köcheln muss, am Tag vor der eigentlichen Zubereitung des Gerichts zu. Die Aromen und Röststoffe in der Sauce sollen sich über Nacht noch besser verbinden. Geben Sie also am vorherigen Tag die Kalbsknochen in der Bratreine auf mittlerer Schiene in den Backofen, schalten die den Grill (240 °C – eventuell mit Umluft) ein und grillen die Kalbsknochen 15 Minuten. Dann das kleingeschnittene Suppengrün, die Zwiebeln in Viertel geteilt mit Schale, die geschälten Knoblauchzehen im Ganzen und die geviertelten Tomaten hinzugeben, mit den Knochen vermischen und weitere 30 Minuten grillen. Dabei immer nachschauen, dass nichts anbrennt und alle 10 Minuten die Knochen und das Gemüse wenden.

Wenn Sie die Knochen und das Gemüse wenden und dazu natürlich die Backofentür öffnen müssen, verliert den Backofeninnenraum rapide an Temperatur, die dann auf 170 °C oder sogar 140 °C zurückgehen kann. Der Backofen braucht dann wieder einige Minuten, um auf die eingestellten 240 °C hochzuheizen. Sie sollten also nach 30 Minuten selbst einschätzen, ob Knochen und Gemüse genügend gegrillt sind, weil das Gemüse vielleicht

schon einige geschwärzte Stellen aufweist. Oder ob Sie gern noch 5 oder 10 Minuten hinzugeben können.

Hinweis: Das kräftige Grillen der Knochen und des Gemüses ist notwendig, weil die sehr starken Röststoffe, die durch das Grillen entstehen, durch das anschließende 4-stündige Köcheln aus den Knochen und dem Gemüse als Geschmackstoffe ausgelöst und in die ebenso schwere und würzige Sauce übernommen werden sollen.

Vor Beendigung des Grillens zerdrücken Sie die Kaffeebohnen in einem Mörser, mischen sie unter die Knochen-Gemüse-Mischung und grillen sie noch 1 Minute im Backofen mit. Dann geben Sie den Inhalt der Bratreine in einen großen Topf oder auch einen Bräter, geben in grobe Stücke zerteilte Peperoni und Orangenschale, Nelken im Ganzen und Vanilleschote, der Länge nach in zwei Hälften zerteilt, hinzu. Dann löschen Sie alles mit dem Rotwein, dem Rinderfond und dem Wasser ab, erhitzen das Ganze auf dem Herd und köcheln es mit Deckel auf dem Topf oder Bräter bei kleiner Hitze für 4 Stunden. Ab und zu umrühren.

Nach dem Köcheln den Inhalt des Topfs oder Bräters durch ein Küchenhandtuch passieren, damit alle groben Bestandteile aus der Sauce entfernt werden und eine feinflüssige Sauce übrig bleibt. Damit entfernen Sie auch das überschüssige Fett in der Sauce. Alternativ können Sie die Sauce erst in eine Fettttrennkanne geben und die Sauce abschütten – das Fett bleibt dann in der Kanne zurück, kann in einer kleinen Schüssel aufbewahrt und für weitere Fleischgerichte zum Anbraten verwendet werden. Und dann geben Sie die Sauce durch ein feines Küchensieb, um die groben Bestandteile zu entfernen.

Nach dem Köcheln mit insgesamt 1,5 l Flüssigkeit (Rotwein, Fond und Wasser) bleibt meistens nur 500 ml Sauce übrig, auch wenn der Topf oder Bräter während des Köchelns zugedeckt war. Diese Sauce ist sehr würzig und schwer und braucht zunächst

nicht weiter reduziert werden. Die Sauce darf beim ersten Probieren auch ruhig extrem würzig und veillicht überwürzt schmecken, gerade was den Kaffegeschmack und die Gewürze wie Vanilleschote und Nelken anbelangt. Das ist aber so gewollt, denn in dieser Sauce werden die Rinderbeinscheiben noch für 4½ Stunden gegart und da sich dabei die Sauce auch reduziert, muss noch mit 0,5–1 l Rinderfond abgelöscht werden, was den extrem würzigen Geschmack dieser zuerst erzeugten Kaffeesauce doch deutlich auf ein erträgliches Maß reduziert.

Fleischgericht:



Zwei rohe Rinderbeinscheiben, ca. 1,3 kg

Würzen Sie nun die beiden Rinderbeinscheiben von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer. Erhitzen Sie im Bräter eine Portion Butter und geben auch einen Schuss Traubenkernöl hinzu. Die beiden Beinscheiben auf beiden Seiten jeweils 3 Minuten sehr braun anbraten. Herausnehmen und das Fett abgießen oder, wenn Sie das Fett aus der Sauce in einer Schüssel aufbewahrt haben, dort hinzugießen. Erhitzen Sie den Backofen auf 150 °C (Umluft). Legen Sie dann die beiden Beinscheiben nebeneinander in den Bräter zurück. Übergießen Sie sie mit der Sauce. Da die

Beinscheiben 4 ½ Stunden im Bräter köcheln sollen, die Sauce aber vermutlich nicht ausreicht, beide Beinscheiben füllend zu bedecken und beim Köcheln auch mit Deckel auf dem Bräter sicherlich Flüssigkeit verdampft, geben Sie noch Rinderfond hinzu, um die Beinscheiben fast komplett abzudecken. Dann den Bräter auf der zweiten Schiene von unten in den Backofen schieben.

Wenden Sie nach 1,5 Stunden die Beinscheiben in der Sauce. Da sich nach dieser Zeit vermutlich die Knochen der Beinscheiben schon vom Fleisch gelöst haben, müssen Sie dies behutsam tun. Außerdem sollten Sie, wenn die Sauce schon stark eingekocht ist, mit 100–200 ml Fond auffüllen.

Nach 3 Stunden putzen Sie die Wurzeln und schneiden sie in grobe Stücke. Auch wenn nicht alle in diesem Rezept aufgelisteten Gemüsesorten Wurzeln im eigentlich darstellen, verwenden Sie einfach alles an Gemüse, was Sie vorrätig haben und von der Würze der Sauce und dem Fleisch zum passt. Wenden Sie nochmals die Beinscheiben. Mittlerweile sollten sie schon stark gegart sein, so dass der Knochen sich löst und auch Teile des Fleischs abfallen. Geben Sie dann das Gemüse hinzu. Vermutlich wird die Sauce nicht mehr ausreichen, auch noch das Gemüse abzudecken und somit zu garen. Geben Sie also noch 300-500 ml Rinderfond hinzu, um auch das Gemüse in den letzten 1 ½ Stunde zu garen. Nach dem 4 ½-stündigen Garen ist das Fleisch vermutlich dunkelbraun bis schwarz gegart, was auch mit dem Kaffee in der Sauce zu tun hat, aber es ist butterweich. Sie brauchen kein Messer, um es zu zerteilen, die Gabel allein reicht aus.

Kaffeewürze:



Orangenschale, Bitterschokolade, Kaffeebohnen, Thymian und Chili kleingeschnitten im Mörser

Geben Sie die Kaffeebohnen und das grobe Meersalz in einen

Mörser und mörsern es klein. Dann geben Sie den geriebenen, frischen Thymian hinzu, die geriebene Orangenschale, die klein gehackte Bitterschokolade und schließlich die kleingehackte Chilischote. Zerdrücken Sie alles zusammen im Mörser nochmal und geben Sie es in eine kleine Schüssel.

Servieren:

Nehmen Sie dann nach Ende der Garzeit das Fleisch und das Gemüse aus dem Bräter. Die Sauce schmecken Sie eventuell mit Salz, Pfeffer und Balsamicoessig nochmals ab und lassen sie, wenn notwendig, auf dem Herd nochmals reduzieren. Richten Sie das Fleisch zusammen mit den Knochen – bei den Markknochen kann auch noch das Mark ausgelöst werden – auf großen Tellern an und geben Sie das Gemüse dazu. Sie können noch weitere Beilagen wie Knödel, Kartoffeln, Pasta oder Reis dazu anbieten, wobei sich meines Erachtens Reis aufgrund seiner neutralen und ausgleichenden Wirkung zu dieser schwerwürzigen Sauce gut eignet, aber das ist nicht unbedingt notwendig. Das mitgegarte Gemüse reicht aus. Geben Sie genügend von der kräftigen Sauce darüber. Und bestreuen Sie dann das Fleisch und das Gemüse mit der Kaffeewürze. Garnieren Sie alles mit ein wenig kleingeschnittener, frischer Petersilie.

Wenn Sie das Gericht das erste Mal zubereiten, werden Sie überrascht sein über die Aromen, die es entwickelt und können danach entscheiden, was Ihnen schmeckte und was zuviel war. Bei einem weiteren Zubereiten können Sie dann zum Beispiel entscheiden, ob Ihnen nur der Kaffee beim Grillen und somit in der Sauce ausreicht – nur ein leichter Kaffeehauch – und ob Sie auch die Kaffeewürze am Ende des Gerichts möchten – das sind dann kräftige Aromen mit Orange, Schokolade, Kaffee, Thymian und Chili. Entscheiden Sie selbst. Das Gericht ist jedenfalls eine Hymne an die verschiedenen Aromen und eine kulinarische Erweiterung des eigenen Geschmackserlebnisses.

Zwei Mal die Arschkarte — und es gibt nur einen Hackbraten



Hackbraten, serviert mit Kräuterbutter

Heute habe ich zwei Mal die Arschkarte gezogen. Die Arschkarte heißt deswegen so, weil sie die rote Karte des Schiedrichters beim Fußball ist, um bei einem gravierenden Foul einen Mitspieler vom Platz zu stellen, und er sie aus der Gesäßtasche seiner Fußballhose zieht. Natürlich. Deswegen: Arschkarte.

Arschkarte Nummer 1: Ich hatte mein Rezept für mein heutiges Gericht – Achtung, uffgepasst für morgen, ich koche Fleisch mit Kaffee! – nicht gründlich gelesen. Denn es braucht nicht nur die Sauce mit Kalbsknochen, Gemüse, Gewürzen, Rotwein und Fond vier Stunden im Bräter. Sondern auch die Zubereitung des Schmorfleischs braucht nochmals vier Stunden. Also, das war

heute allein zeitlich nicht mehr zu schaffen.

Arschkarte Nummer 2: Nachdem ich festgestellt hatte, das ich dieses Gericht heute nicht mehr fertigstellen kann und dennoch ja etwas essen muss, war auch der Lieferservice keine Möglichkeit mehr. Denn als ich mich zum Bestellen entschloss, hatten die meisten schon geschlossen. Die wenigen, die noch geöffnet hatten, boten nur Pizza an und das war heute nicht meine Wahl.

Also, Notlösung: 500 g Hackfleisch aus dem Tiefkühlfach in der Mikrowelle auftauen und einen frischen Hackbraten zubereiten. Das ist nichts Spektakuläres und braucht eigentlich kein eigenes Foto, aber ich dokumentiere den Hackbraten hier dennoch und stelle mein Rezept – sicherlich eines von vielen – hier ein. Mir fällt jetzt zum Beispiel ein, dass Senf in der Mischung noch gut passen würde. Das Rezept ist für eine Person. ;—)

Zutaten:

- 500 g Hackleisch
- 1 rote Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 1 rote, thailändische Chilischote
- 3—4 EL Paniermehl
- -2 Eier
- 2 Zweige getrockneter Majoran
- 4 Scheiben Kräuterbutter
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

Schneiden Sie Zwiebel, Knoblauch, Lauchzwiebel und Chilischote klein. Mischen Sie alles mit dem Hackfleisch. Zerbröseln Sie den trockenen Majoran mit den Fingern in kleine Stücke und geben ihn ebenfalls in die Mischung. Zwei zerkleinerte Scheiben Kräuterbutter hinzugeben, dann das Paniermehl und die beiden Eier. Alles zusammen mit Salz und Pfeffer kräftig würzen und miteinander vermischen. Erhitzen Sie das Öl in einer großen Pfanne. Formen Sie aus der Hackfleisch-Gemüse-Mischung einen großen Hackbraten, legen Sie ihn in das heiße Öl und braten ihn auf beiden Seiten zunächst für jeweils 3 Minuten an. Dann garen Sie ihn nochmals auf jeder Seite bei kleiner Hitze für jeweils 10 Minuten bei abgedeckter Pfanne. Aus der Pfanne herausnehmen, auf einem Teller anrichten und die beiden Kräuterbutterscheiben darauf geben.

Sind wir nicht alle ein bisschen … Rumpsteak?*

Nach meiner Schmorwoche mit a) Bäckchen in drei Variationen, b) Querrippe, c) Brust und d) Beinscheiben musste heute etwas einfaches und unkompliziertes her. Zwei Rumpsteaks, frisch vom Schlachter, jeweils ca. 200 g schwer. Die Fettschwarte in Stücke einschneiden, salzen und pfeffern, in heißem Olivenöl jeweils 2-3 Minuten auf beiden Seiten anbraten, servieren … und mit einem kühlen Pils weghauen! Einfach, unkompliziert und schmackhaft. Feddisch ist das Rezept. [] (*Von beiden Seiten kräftig angebraten, das mag doch jeder von uns gern, oder? — frech angelehnt an die Werbung von Bluna, Ihr kennt sie?)

Panierte Rinderbrust mit Semmelknödelscheiben in Brühe



Rinderbrust, in Scheiben paniert, mit gebratenen Semmelknödelscheiben in Brühe

Auch diesmal ging es relativ schnell mit dem Gericht. Die Rinderbrust kürt meine Schmorwoche, die am Sonntag mit Rinderbeinscheiben in einer würzigen Kaffeesauce endet. Dann kommen endlich wieder ein paar Fleischstücke zum Kurzbraten in die Pfanne, im Tiefkühlfach warten schon zwei Rumpsteaks auf mich. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- Rinderbrust, ca. 700 g
- 1 l Rinderfond
- 4 Semmelknödel
- 2 Eier
- Paniermehl
- Salz

- Pfeffer
- Olivenöl
- 2 Zweige frischer Majoran

Zubereitungszeit: 1 ½ Stdn.

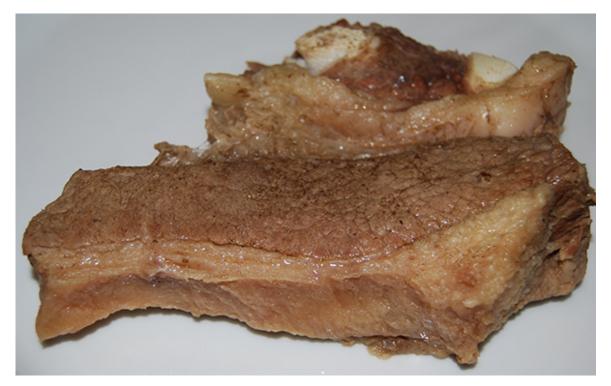
Erhitzen Sie den Rinderfond in einem großen Topf. Ich habe statt eines frischen Rinderfonds den Gemüsefond vom vorherigen Gericht mit der Rinderquerrippe verwendet. Ich kann Ihnen nur raten, wenn Sie in einem vorher gekochten Gemüsefond noch eine Stunde lang Rindfleisch wie in diesem Fall garen, haben Sie als Ergebnis einen Fond, der so schmackhaft ist, dass er alle anderen Fonds um Längen schlägt, seien es ein Fond aus dem Glas, aus Brühwürfel oder aus Brühpulver. Der Fond ist einfach umwerfend und sollte für einige Folgegerichte im Kühlschrank aufbewahrt oder sogar portionsweise eingefroren werden.



Rohe Rinderbrust ...

Geben Sie die Rinderbrust in den Fond und kochen Sie sie 1 Stunde lang bei geringer Hitze. Nehmen Sie sie danach heraus, entfernen Sie den Knochen und die groben Fettanteile und schneiden sie mit einem Hackmesser längs zum Panieren in zwei

Scheiben.



... und gekochte Rinderbrust

Kochen Sie in einem Topf mit Wasser vier Semmelknödel, ich habe mir diesmal einfach mit vier Knödeln aus der Packung von meinem Discounter beholfen. Nach dem Garen in Scheiben schneiden und auf jeweils beiden Seiten in einer Pfanne mit Olivenöl knusprig anbraten. Zur Seite stellen und warmhalten.

In einem Teller zwei Eier aufschlagen und verquirlen. In einem anderen Teller Paniermehl ausbreiten. Jede der beiden Scheiben Rinderbrust zuerst durch die Eier, dann durch das Paniermehl ziehen, dann ein zweites Mal durch die Eier und durch das Paniermehl ziehen. In einer großen Pfanne mit Olivenöl auf beiden Seiten knusprig anbraten.

Jeweils eine Rinderbrustscheibe auf einem Teller anrichten und in zwei Teile teilen, Semmelknödelscheiben dazu geben, mit etwas Brühe übergießen und mit kleingeschnittenem frischem Majoran garnieren.

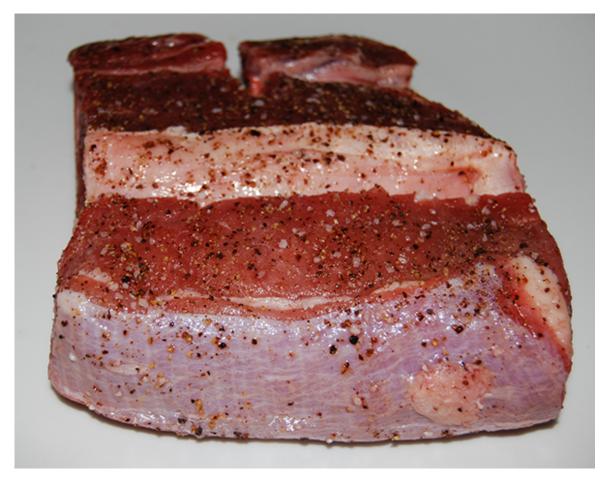
Rinderquerrippe in Brühe



Rinderquerrippe mit Gemüse in Brühe

Heute ging es quick'n'dirty. Ich hatte das erste Mal eine Rinderquerrippe gekauft und wollte sie zubereiten. Kurzbraten fällt bei diesem Fleischstück sofort aus, es geht nur Schmoren. Da ich nicht viel Zeit hatte, habe ich es einfach gemacht. Einen großen Topf mit Rinderfond aufgesetzt, das Gemüse teils ungeschält und ganz gelassen, teils nur in grobe Stücke geschnitten, denn die Brühe wird nach der Zubereitung sowieso durch ein Küchensieb passiert. Querrippe mit Salz und Pfeffer würzen. In den kochenden Fond geben. Gemüse dazu geben. Nochmals den Fond mit Salz und Pfeffer würzen. 2 ½ Stunden mit Deckel auf dem Topf bei kleiner Hitze köcheln lassen. Ist der Geschmack der Brühe nach dem Köcheln nicht ausreichend, dann helfen Sie einfach mit einem Brühwürfel

nochmal nach. Nach dem Köcheln ist die Querrippe vermutlich schon in kleinere Teile zerfallen. Das Fleisch mit den Knochen herausnehmen und auf einem Schneidebrett in kleinere Scheiben teilen. Die Brühe mit dem Gemüse durch ein Sieb geben, von dem Gemüse aber einige Stücke zurückbehalten, also Kartoffeln, Karotten, Lauch und Staudensellerie. Die Querrippe in einem tiefen Suppenteller anrichten, ein wenig von dem Gemüse hinzugeben, die Brühe darüber geben und mit klelngeschnittener Petersilie garnieren. Einfach, (relativ) schnell, problemlos und schmackhaft.



Rohe Rinderquerrippe, mit Salz und Pfeffer gewürzt

Zutaten:

- 500 g Rinderquerrippe
- 3 Kartoffeln
- 1 Karotte
- 1 kleines Stück Knollensellerie
- 1 Stängel Staudensellerie

- ½ Stange Lauch
- 2 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- frisches Selleriekraut
- 2 Zweige frischer Majoran
- 2 Zweige frischer Thymian
- 4 Blätter frischer Salbei
- 2 Blätter frischer Lorbeer
- 1—2 Zweige frische Petersilie
- 1 l Rinderfond
- Salz
- Pfeffer

Zubereitungszeit: 3 Stdn.

Rinderbäckchen in Rotwein-Madeira-Portwein-Sauce



In Rotwein-Madeira-Portwein-Sauce geschmortes Rinderbäckchen, Kartoffel-Lauch-Pürree und feine Bohnen mit gebratenem Speck

Die Trilogie von "Der Herr der Rinderbäckchen" endet hier mit dem dritten Teil. ;—) Diesmal werden die Rinderbäckchen in einer Sauce aus Madeira, Portwein, Rotwein und Rinderfond gegart. Es heißt hierbei nur: Reduzieren, reduzieren, reduzieren. Und nochmals reduzieren. Die Geschmacksstoffe der Spirituosen und auch die Röststoffe des angebratenes Gemüses und des Tomatenmarks gehen in die Sauce über und machen sie außerordentlich schmackhaft. Die Sauce hat nach der Zubereitung einen Grundgeschmack nach Rotwein, ist aber keine Rotweinsauce, weil gerade die Geschmacksstoffe des Madeira und des Portweins in sie übergehen und die Sauce unvergleichlich machen. Herrlich! Das Rezept ist für zwei Personen.

Nach dieser Trilogie habe ich nun von Rinderbäckchen für einige Woche genug. Ich denke, in den nächsten Tagen muss etwas zum Kurzbraten in die Pfanne, am besten ein paar schöne (Rump-)Steaks.;—)

Zutaten:

- Rinderbäckchen, ca. 0,3 kg
- 2 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- 1 kleine Stange Lauch
- 1 Stengel Staudensellerie
- 1 kleines Stück Knollensellerie
- 1 Karotte
- 1 Lauchzwiebel
- 2—3 Zweige frischer Majoran
- 2—3 Zweige frischer Thymian
- 1 Zweig frischer Rosmarin
- 3 Blätter frischer Salbei
- 2 Blätter frischer Lorbeer
- 6 Wacholderbeeren
- 6 Pimentkörner
- 2 Nelken
- 2 EL Tomatenmark
- 100 ml Madeira
- 100 ml Portwein
- 250 ml trockener Rotwein
- 500 ml Rinderfond
- Zucker

ö

- Aceto Balsamico di Modena
- Butter
- 3 Kartoffeln
- ½ Stange Lauch
- 50 ml Milch
- eine Prise frische Muskatnuss
- 250 g feine Bohnen
- 2 Scheiben geräucherter Bauchspeck

- Salz
- Pfeffer
- Butter
- Olivenöl
- 2—3 Zweige frische Petersilie

Schneiden Sie das Gemüse in grobe Stücke. Das flache Rinderbäckchenstück schneiden Sie in zwei Teile. Bei den Rinderbäckchenteilen habe ich dieses Mal darauf verzichtet, die Rinderbäckchen in Mehl zu wenden. Ich habe die beiden Teile mit Salz und Pfeffer gewürzt und in Butter in einem großen Topf von beiden Seiten kräftig angebraten. Die Rinderbäckchen sollen dabei Röststoffe am Boden des Topfs hinterlassen.

Nehmen Sie die Rinderbäckchenteile heraus. Geben Se noch eine Portion Butter in den Topf und geben Sie die Gemüsestücke hinzu. Auch die Gemüsestücke kräftig anbraten, bis sie ein wenig braun sind. Nach einigen Minuten das Tomatenmark hinzugeben und ebenfalls im Topf anbraten. Das Tomatenmark soll braun anbraten, auch Röststoffe auf dem Boden bilden, aber niemals schwarz anbrennen. Daher immer gut mit einem Kochlöffel umrühren — auch bei dem folgenden Reduzieren der Flüssigkeiten — und die Röststoffe vom Boden des Topfes lösen.

Nach einigen Minuten beginnen Sie, nacheinander die Spirituosen und den Wein hinzugeben: Der Madeira, er bildet mit dem Tomatenmark und dem Gemüse eine dunkle, sämige und schön gebundene Sauce. Den Madeira reduzieren lassen, bis fast alles verdunstet ist. Den Portwein hinzugeben, reduzieren und ebenfalls verdunsten lassen. Und dann den Rotwein hinzugeben. Bevor Sie ihn ebenfalls reduzieren und verdunsten lassen, geben Sie die ganzen Kräuter und die Gewürze hinzu. Erst nach dem Reduzieren legen Sie dann die beiden Rinderbäckchenteile wieder hinein, würzen alles mit Salz und Pfeffer und löschen mit dem Rinderfond ab. Mit dem Deckel auf dem Topf bei geringer Hitze 3 Stunden köcheln lassen.

20 Minuten vor Ende der Garzeit kochen Sie 3 Kartoffeln und eine halbe Stange Lauch — ein größeres Stück jeweils vom vorderen, weißen und vom hinteren, grünen Teil — in einem separaten Topf. Ebenfalls separat die feinen Bohnen. Ganz zum Schluss erhitzen Sie Olivenöl in einer Pfanne und braten die Speckscheiben knusprig an. Die Kartoffeln und den Lauch schneiden Sie in kleine Stücke, geben alles in eine hohe Rührschüssel und mixen es mit einem Stabmixer klein. Die Milch hinzugeben, mit Salz, Pfeffer und der Prise Muskatnuss würzen und fertig pürieren.

Richten Sie jeweils ein Rinderbäckchenteil — in dünne Scheiben geschnitten — auf einem großen Teller an. Dazu geben Sie einige Kleckse des Pürrees. Und eine große Portion der feinen Bohnen, mit einer Speckscheibe ummantelt. Das Ganze übergießen Sie mit der köstlichen Rotweinsauce und garnieren alles mit kleingeschnittener Petersilie.

Rinderbäckchen in Tomatensauce mit Kräuter der Provence



In Scheiben geschnittene Rinderbäckchen, mit Tomatenstückchen und -sauce und Kräutern der Provence, mit Petersilie garniert

Bei dieser Zubereitung in Tomatensauce verträgt das Rinderbäckchen sogar etwas Schärfe mit einer Chilischote. Als Fond habe ich den Gemüsefond vom vorherigen Gericht, als ich das Rinderbäckchen im Gemüsefond geschmort habe, verwendet. Ich habe ihn zusammen mit den Gemüseteilen und den Kräutern durch ein großes Sieb passiert und das Gemüse auch noch ein wenig ausgepresst. Sie können jedoch stattdessen auch einen Rinderfond aus dem Glas verwenden.

Zutaten:

- Rinderbäckchen, ca. 300 g
- 2 Schalotten
- 5 Knoblauchzehen
- 1 rote, thailändische Chilischote
- frische Kräuter der Provence:
- 3 Zweige Rosmarin
- 3 Zweige Thymian

- 3 Zweige Oregano
- 3 Zweige Majoran
- 4 Blätter Salbei
- 2 Blätter Lorbeer
- 400 g Tomaten aus der Dose, kleingewürfelt, in Tomatensaft
- 500 ml Gemüse- oder Rinderfond
- Salz
- Pfeffer
- 2—3 Zweige frische Petersilie
- Mehl

Zubereitungszeit: 3 ½ Stdn.

Die Schalotten und den Knoblauch schälen und in kleine Stücke schneiden, ebenfalls die Chilischote.

Wenn Ihr Schlachter das Rinderbäckchen in flache Scheiben geschnitten hat, diese in zwei Teile schneiden. In Mehl wenden, mit Salz und Pfeffer würzen und in heißer Butter in einem Topf von jeweils beiden Seiten kräftig anbraten, so dass einige Röststoffe am Topfboden zurückbleiben. Die Rinderbäckchenteile herausnehmen und die Schalotten-, Knoblauch- und Chilischotenstückchen in der Butter anbraten. Mit den Tomatenstückchen in Tomatensaft auffüllen. Den Gemüseoder Rinderfond hinzugeben.

Da die Kräuter der Provence diesmal Bestandteil der Sauce und nicht nur Geschmacksgeber werden sollen, schneiden Sie sie — bis auf die Lorbeerblätter — mit einem Wiegemesser klein. Geben Sie die Kräuter in die Sauce hinzu. Schmecken Sie alles mit Salz und Pfeffer ab. Wenn die Sauce mit den Tomaten und dem Fond zu würzig ist, geben Sie noch 100–200 ml Wasser hinzu. Dann den Deckel auf den Topf und 3 Stunden. bei geringer Hitze köcheln lassen. Ab und zu den Inhalt etwas umrühren.

Die beiden Lorbeerblätter aus der Sauce entfernen. Die Rinderbäckchenteile aus der Sauce nehmen, mit einem Hackmesser in dünne Scheiben schneiden, auf einem Teller anrichten und mit etwas von der Sauce übergießen. Die Rinderbäckchen sind nach dem Garen so butterweich, dass sie schon zerfallen, wenn man nur mit der Gabel hineinsticht. Garnieren Sie die Rinderbäckchen noch mit ein wenig kleingeschnittener Petersilie.

Wenn Ihnen die Rinderbäckchenteile allein zuwenig sind, können Sie vor Ende der Garzeit auch noch zusätzlich Pasta, Knödel oder Kartoffeln zubereiten. Und – den Großteil der Tomatensauce mit Kräutern der Provence und Chilischote heben Sie im Kühlschrank für den kommenden Tag auf, um sie mit leckerer Pasta als Gericht zu kombinieren.

Rinderbäckchen mit Gemüse



Rinderbäckchen mit Karotten, Lauch und Kartoffeln mit viel Brühe

Das Fleisch hat mich überrascht. Das Fleisch, das ich vom Schlachter einzellophaniert in Folie erhalten hatte, hatte zwar ein Gewicht von 1 kg, war aber kein einzelnes Rinderbäckchen als eine große Fleischmasse, wie man es manchmal vom Suppenfleisch her kennt. Sondern es stellte sich heraus, dass es sich um drei einzelne, dünne Fleischteile, die jeweils etwa 0,3 kg schwer waren, mit einem großen Anteil an Haut handelte. Da war ich erst einmal überrascht. Beim Zerteilen eines Fleischteils, das mehr flach und breit war, in zwei Teile stellt sich zumindest aufgrund der Zähigkeit des Fleischs heraus: Das ist kein Fleisch für Kurzbraten oder gar Grillen, wie manche schon vermutet und vorgeschlagen haben. Das Fleisch enthält wie Suppenfleisch sehr viel Collagen und Gelatine, ist definitiv ein Stück Fleisch zum Schmoren — dies zumindest für 2-3 Stunden - und fertig geschmort sehr schmackhaft. Ich entschied mich, die erste Portion in einem Gemüsesud zuzubereiten. Das zweite Teil wird dann in einer Tomatensauce mit frischen Kräutern zubereitet. Und das dritte Teil in einer reduzierten Rotwein-Madeira-Portwein-Sauce.

Zutaten:

- 1 Stück Rinderbäckchen, 300 g
- 2 weiße Zwiebeln
- 5 Knoblauchzehen
- 2 Kartoffeln
- 1 kleine Stange Lauch
- 1 Stange Staudensellerie
- ein großes Stück Knollensellerie
- 1 Karotte
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Schalotte
- 2 Zweige frischer Oregano

- 2 Zweige frischer Majoran
- 2 Zweige frischer Thymian
- 2 Blätter frischer Salbei
- 2 Zweige frisches Selleriekraut
- 1 großer Schuss Sherry
- 1 l Rinderfond
- Mehl
- Salz
- Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: 3 ½ Stdn.



Rohe Rinderbäckchen

Rinderbäckchenfleisch abwaschen und trocken tupfen. Das Fleisch in Mehl wenden. Zwiebeln und Knoblauch in kleine Stücke schneiden. Die beiden Kartoffeln schälen Sie und lassen sie ganz, das Gemüse schneiden Sie in kleine, mundgerechte Stücke. Bei einem größeren Stück Fleisch würde es sich anbieten, die Rinderbäckchen in einem Bräter für 3 Stunden im Backofen zu schmoren. Nicht jedoch bei so einem kleinen Stück.

Da reicht ein größerer Topf für den Herd.



Rinderbäckchen in Mehl angebraten, auf Gemüse und Fond

Die Butter in einem großen Topf erhitzen. Das in Mehl gewendete Fleisch von beiden Seiten jeweils einige Minuten kräftig anbraten. Das Fleisch herausnehmen und dann die Zwiebeln und den Knoblauch in der Butter anbraten. Mit einem großen Schuss trockenen Sherry ablöschen. Den Sherry auf etwa der Flüssigkeit reduzieren lassen und die Röststoffe vom Boden des Topfs mit dem Kochtopf ablösen. Dann das kleingeschnittene Gemüse hinzugeben und darauf das Rinderbäckchenfleisch. Schließlich geben Sie den Rinderfond hinzu, so dass das Gemüse und das Fleisch vom Fond bedeckt ist. Mit Salz und Pfeffer würzen und bei kleiner Hitze mit Deckel auf dem Topf 3 Stunden köcheln lassen.

Nehmen Sie nach dem Schmoren das Fleisch aus dem Sud heraus, schneiden es mit einem großen Hackmesser in dünne Scheiben und richten es auf einem großen Teller an. Dazu geben Sie aus dem Gemüsesud einige Karotten- und Lauchstücke und die zwei ganzen Kartoffeln hinzu und übergießen alles mit viel Brühe.

Zieht Euch warm an ... Teil II

Nach dem Großeinkauf Anfang der Woche mit 7 kg Fleisch – vorwiegend Innereien – und dem ersten Kalbsnierengericht im Foodblog folgte heute der nächste Großeinkauf mit wichtigen Zutaten für die Saucenproduktion. Gekauft habe ich je eine Flasche …

- Sherry
- Portwein
- Madeira
- Wermut
- Cognac
- Rotwein

Das Alles ist natürlich nicht zum "Saufen" da, denn bei diesen süßlichen Spirituosen mit teilweise hohem Alkoholgehalt hat man am kommenden Tag garantiert einen dicken Kopf.

Nein, das ist alles für herrliche Saucen und die Saucenreduktion gedacht.

Jetzt kann es also am Wochenende ans Testen, Ausprobieren, Kochen und Essen gehen. Und natürlich ans Bloggen. ;—)

Flambierte Kalbsniere



Kalbsnierenröschen mit Sauce auf Papardelle

Ich wollte die Kalbsnieren nicht klassisch mit Essig zubereiten, weil jeder sagt, Nieren müssen sauer zubereitet werden. Nein, das ist nicht der Fall. Da die Nieren mit Anbraten und Flambieren nur 2–3 Minuten gegart werden müssen, habe ich sie in der Zutatenliste nach unten verschoben. Denn zunächst soll eine Sauce kreiert werden, die mindestens 1 Stunde köcheln und reduzieren soll. So ganz ohne Säure ist mir diese Sauce dann aber doch nicht gelungen, denn zum einen bringt der trockene Weißwein viel Säure mit sich und auch die Worchestershire-Sauce und der Zitronensaft zum Verfeinern sind relativ sauer. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- 3 kleine weiße Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- eine Handvoll getrocknete Shiitake-Pilze
- 100 g geschnittene Champignons (frisch oder aus der Dose)
- 3—4 Zweige frischer Majoran

- 3 Zweige frischer Thymian
- 2 Zweige frischer Rosmarin
- 4 Blätter frischer Salbei
- 4 Zweige frische Petersilie
- 2 frische Lorbeerblätter
- 400 ml trockener Weißwein
- 300 ml Rinderfond
- 1 TL Worchestershire-Sauce
- Saft einer ¼ oder ½ Zitrone
- 1 EL Mehl
- Salz
- Pfeffer
- Butter
- 500 g Kalbsnieren
- 1 cl Cognac
- Butter
- 250 g frische Papardelle

Einweichzeit: 1 Std. | Zubereitungszeit: 1 1/2 Stdn.

Geben Sie als erstes die Shiitakepilze in eine Schüssel mit Wasser, um sie etwa 1 Std. einzuweichen.



Zutaten für die Sauce

Dann schneiden Sie die frischen Champignons in Streifen oder verwenden solche aus der Dose. Schälen Sie Zwiebeln und Knoblauchzehen und schneiden sie in kleine Stücke. Schneiden Sie die Petersilie auch klein. Geben Sie eine große Portion Butter in einen Topf und braten Sie Zwiebeln, Knoblauch und beide Pilzsorten an. Lassen Sie alles anbraten und leicht bräunen. Löschen Sie mit dem Weißwein ab, geben Sie den Rinderfond hinzu und auch noch die Worcestershire-Sauce. Dann die Gewürze im Ganzen und die kleingeschnittene Petersilie. Würzen Sie alles mit Salz und Pfeffer. Lassen Sie alles für 1 Stunde bei niedriger Hitze ohne Deckel köcheln und reduzieren. Wenn die Sauce danach noch keinen guten Geschmack hat, lassen Sie sie nochmals 30 Minuten reduzieren. Entfernen Sie dann die ganzen Kräuter, von den Kräutern soll nur noch die kleingeschnittene Petersilie vorhanden sein.



Frische, rohe Kalbsniere

Die Kalbsniere besteht anders als Lamm- oder Schweineniere aus kleinen Röschen, in die sie sich unterteilt. Entfernen Sie zunächst Fett und Harnstränge inmitten der Niere und schneiden Sie dann die Kalbsniere in diese einzelnen Röschen. Erhitzen Sie in einem Topf eine große Portion Butter. Braten Sie die kleingeschnittene Niere darin für 1–2 Minuten an. Die Nierenröschen sollen ruhig noch leicht roh oder rosé im Inneren sein, denn durch das Flambieren und das Erhitzen in der zuvor zubereiteten Sauce ziehen sie noch etwas durch. Wenn Niere zu lange gegart wird, wird sie relativ schnell trocken.



Flambieren der Kalbsniere

Geben Sie den Cognac darüber und flambieren sie alles. Wenn die Niere nach dem Flambieren etwas Flüssigkeit gezogen hat, geben Sie die restliche Sauce mit Zwiebeln, Knoblauch, Pilzen und Petersilie hinzu. Vermischen Sie beides. Geben Sie einen Schöpflöffel der Sauce in eine kleine Schüssel und 1 EL Mehl hinzu und verrühren es sofort mit dem Rührbesen, damit keine Klumpen mehr vorhanden sind. Rühren Sie es langsam in die Sauce hinein, um die Sauce ein wenig zu binden und sämig zu machen. Wenn Sie die Sauce dann noch etwas verfeinern möchten, geben Sie noch den Saft von ¼ oder ½ Zitrone hinzu. Wenn die Sauce Ihnen aber schon sauer genug ist, lassen Sie den Saft einfach weg. Schmecken Sie alles mit Salz und Pfeffer ab.



Frische Papardelle

Bereiten Sie vor der Fertigstellung die frische Papardelle laut Anleitung zu. Servieren Sie die Pasta auf einem großen Teller und geben die Kalbsniere mit der Sauce darauf.