Geschmorte Beinscheibe mit Mais in Weißwein-Sauce

Unbedingt den Markknochen aussaugen

Lange geschmorte Beinscheiben. Ein Leckerbissen. Das Fleisch ist nach dem Schmoren so zart, dass man nur eine Gabel zum Essen braucht. Auf das Messer kann man getrost verzichten.

Zu den Beinscheiben bereite ich eine Weißwein-Sauce zu, in der ich die Beinscheiben schmore.

Für Geschmack sorgen Paprika, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer, mit dem ich die Beinscheiben vor dem Schmoren würze. Und zusätzlich noch Sternanis und Lorbeerblätter.

Als Beilage habe ich Mais aus der Dose gewählt. Er schmeckt leicht süßlich und ist ein schöner Kontrapunkt zu den würzigen Beinscheiben.

Ich gare den Mais der Einfachheit halber in der Weißwein-Sauce mit. Und gebe zur Sauce auch noch den Rest des Einweichwassers des Mais hinzu, das ja etwas Stärke enthält und somit die Sauce auch noch abbinden kann.

[amd-zlrecipe-recipe:1187]

Rinderbeinscheibe mit Gnocchi

Ein leckeres Rindfleisch-Rezept.

Dieses Gericht kann jeder zubereiten.

Denn ich bereite kein schwierig zuzubereitendes Osso Bucco mit Gemüse und Tomatenmark zu.

Sondern verwende einfach nur etwas Gemüse.

Lösche alles mit Wasser ab.

Und würze mit Paprika, Salz und Pfeffer.

Nach drei Stunden Schmorzeit bildet sich von allein eine sehr schmackhafte, leckere Sauce.

Das Fleisch wird butterzart und kann einfach mit der Gabel vom Markknochen gelöst werden.

Nicht vergessen, das Mark aus dem Markknochen auszusaugen.

Als Beilage bereite ich Gnocchi nach dem Grundrezept zu.

Man kann es sich aber auch einfach machen und verwendet ein Convenience-Produkt für die Gnocchi.

[amd-zlrecipe-recipe:1088]

Beinscheibe und Tagliatelle mit Gemüse-Tomaten-Sauce

Beinscheiben. Angebraten und geschmort. Diesmal allerdings nicht als Osso bucco zubereitet, wie ich es schon einige Male getan habe.

Nein, einfach etwas Gemüse kleinschneiden, mit Tomatenmark die Grundlage für eine Sauce bilden, mit viel Soave ablöschen und die Beinscheiben darin schmoren.

Die Beinscheiben gelingen sehr lecker. Sie sind allerdings nicht optimal gegart, also man kann leider nicht das Fleisch nur mit der Gabel vom Knochen lösen. Man sollte daher die Beinscheiben eher 2 oder sogar 3 Stunden schmoren. Eventuell auch im Bräter im Backofen, dann auf alle Fälle mit mehr Flüssigkeit.

Die Beinscheiben erhalten als Beilage einfach Tagliatelle. Endlich wieder einmal ein Gericht mit leckerer Pasta.

Mein Rat: Aber daran denken, unbedingt das Markt der Markknochen mit essen. Sehr lecker!

[amd-zlrecipe-recipe:589]

Gemüse-Eintopf mit Beinscheibe

Bei Eintopf denkt man zunächst an einen einfachen Gemüse-Eintopf. Mir viel frischem Gemüse. Und einem möglichst selbst zubereiteten Gemüsefond, der dem Eintopf einen kräftigen Geschmack verleiht.

Aber Eintopf ist ja ein urdeutsches Gericht. Somit kennt man auch andere Eintöpfe. Bohnen-Eintopf. Nudel-Eintopf. Oder eben ein Eintopf mit leckerem Fleisch. An Fleisch für einen Eintopf hat man durchaus auch einige Auswahl zur Verfügung. Am geeignetsten ist da Suppenfleisch. Auch Gulasch-Fleisch eignet sich dafür. Aber man kann auch mit Beinscheiben – also einer Scheibe eines Rinderbeines mit Knochen und etwas Fleisch – einen leckeren Eintopf zubereiten. Da Beinscheiben sowieso geschmort werden müssen, bieten sie sich dazu an.

Hier ein Rezept für einen einfachen Eintopf mit Beinscheiben und viel frischem Gemüse.

Die Brühe gelingt nach 1-stündigem Garen hervorragend. Sie übernimmt einfach die Würze, die die in Fett angebratenen Beinscheiben mitbringen. Man braucht auch keinen selbst zubereiteten Gemüsefond oder Wein. Einfach nur Wasser, und die Brühe wird schmackhaft und lecker. Eventuell kann man sie noch etwas salzen.

Ich habe einfach zwei Beinscheiben gewürzt und in heißem Öl auf jeweils jeder Seite angebraten.

Als weitere Zutaten habe ich diverse Gemüsesorten gewählt, die ich gerade vorrätig hatte und die zu den Beinscheiben passen.

Mit sehr leckerer Brühe

Beinscheibe mit Gemüse und Salzkartoffeln

Dieses Rezept lehnt sich an dem italienischen Klassiker Osso bucco an, entspricht diesem Rezept aber nicht vollständig.

Ich habe einfach zwei Beinscheiben gewürzt und in heißem Öl auf jeweils jeder Seite angebraten.

Als Beilage habe diverse Gemüsesorten gewählt, die ich gerade vorrätig hatte und die zu den Beinscheiben passten. Somit kann man das Gericht sowohl mit der zweiten Beilage Salzkartoffeln essen. Als auch in Variation als Eintopf.

[amd-zlrecipe-recipe:503]

Rahmragout mit Petersilienknödeln

Zerkleinerte Beinscheibe mit Sauce auf Knödeln

Gekauft hatte ich vor einigen Wochen zwei Rinderbeinscheiben. Eine kam sofort in einen Gemüseeintopf, die andere habe ich eingefroren und sie für eine Zubereitung wie ein Braten aufbewahrt. Das tat ich heute, verwendete noch frische Champignons und bereitete ein Rahmragout zu. Die Beinscheibe wird im Ganzen gegart, danach aus der Sauce genommen, das Fleisch kleingeschnitten und der Sauce wieder beigegeben.

Als Beilage wählte ich Petersilienknödel, die man frisch zubereiten kann. Ich wählte frisch zubereitete, aber eingefrorene, die ich in siedendem Wasser erhitzte.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Beinscheibe vom Rind (etwa 400 g)
- 7–8 weiße Champignons
- 2 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- trockener Weißwein
- 300 ml Bratenfond
- 100 ml Schmand

- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

- 3 Petersilienknödel

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 1 Std.

Schalotten und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Pilze in dünne Scheiben schneiden. Öl in einem Topf stark erhitzen, das Öl darf ruhig rauchen, und die Beinscheibe auf beiden Seiten sehr kross anbraten. Ich würze das Fleisch und die Sauce nicht vorher, sondern erst nach dem Garen. Beinscheibe herausnehmen und das Gemüse mit den Pilzen im Öl etwas anbraten. Beinscheibe wieder hineingeben, mit einem Schuss trockenem Weißwein ablöschen, Fond hinzugeben und Schmand. Sauce etwas verrühren und alles zugedeckt bei geringer Temperatur 1 Stunde köcheln lassen.

15 Minuten vor Ende der Garzeit Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und die aufgetauten Petersilienknödel im nur noch siedenden Wasser erhitzen. Beinscheibe aus der Sauce nehmen, Knochen entfernen – das Mark herauslöffeln und essen – und eventuelle Flechsen am Fleisch. Fleisch kleinschneiden und wieder in die Sauce zurückgeben. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken. Ich habe die Sauce zusätzlich, weil sie für mich zu wenig Geschmack hatte, etwa 15 Minuten reduziert, bis sie schön kräftig schmeckte.

Knödel auf einem Teller anrichten, zerkleinern und großzügig von dem Fleisch mit der Sauce darüber verteilen.

Gemüseeintopf mit Beinscheibe

Eintopf

Ein klassischer Eintopf mit einer Beinscheibe. Zwei Beinscheiben hatte ich gekauft, eine kommt in diesen Gemüseeintopf, die andere wird als Schmorfleisch in Bratenfond geschmort. Der Eintopf kocht sich quasi von alleine. Gemüse putzen, grob schneiden und zusammen mit der mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer gewürzten Beinscheibe anbraten – nur Chilischote und Parmesanrinde kommen nach dem Anbraten im Ganzen dazu. Weinwein und Wasser dazu, würzen, Kräuter im Ganzen dazu, alles 1 Stunde zugedeckt bei geringer Temperatur köcheln lassen und dabei den Spielfilm im Fernsehen schauen.

Zutaten für 2 Personen:

- 1 Beinscheibe (etwa 400 g)
- 3 Kartoffeln
- 2 Wurzeln
- 1 rote Paprika
- 2 Zwiebeln

- 3 Knoblauchzehen
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 große Röschen Brokkoli
- 1 rote Chilischote
- 1 Stück Parmesanrinde
- 200 ml trockener Weißwein
- 750 ml Wasser
- 5 frische Lorbeerblätter
- ½ Topf Majoran
- 1 Zweig Rosmarin
- süßes Paprikapulver
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 30 Min. | Garzeit 1 Stdn.

Die Zubereitung ist eigentlich oben schon genannt. Nach dem Garen Kräuter – falls möglich –, Chilischote – falls auffindbar – und Parmesankruste herausnehmen. Beinscheibe herausnehmen, Knochen entfernen, Fleisch kleinschneiden und wieder in den Eintopf geben. Eintopf abschmecken und in zwei tiefen Suppentellern servieren. Dazu passt natürlich jeweils eine Schrippe.