

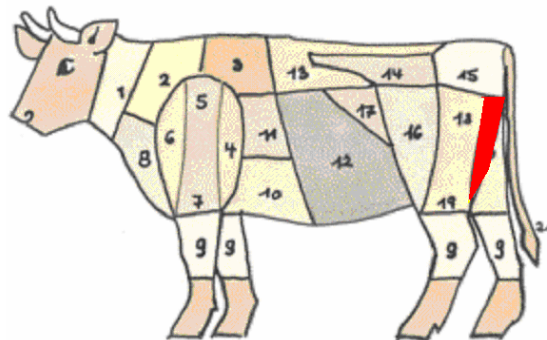
Informationen von Ihrem

Doris und Edmund Braun
Riegenhof 4
74535 Mainhardt

Fon: 07903/2782
Fax: 07903/2643
Email: doris@biolaedle.de
www.biolaedle.de



Rindertafelspitz



Der Tafelspitz ist ein Stück aus dem Hinterviertel des Rinds. Dieses Schwanzendstück mit Fettdeckel und flacher Spitze wird in Deutschland Hüftdeckel oder Rosenspitz genannt. Es ist besonders zum Kochen geeignet, es ist feinfaserig und quillt beim Garen auf.

Tafelspitz mit Gemüsesauce

für 6 Personen

10	g	Butter
10	g	Mehl
200	g	Zwiebeln
150	g	Möhren
150	g	Kohlrabi
150	g	Knollensellerie
1	Bd.	Glatte Petersilie
1300	g	Tafelspitz oder mageres Siedfleisch
		Salz
		Pfeffer a. d. Mühle
4	El.	Öl
2		Lorbeerblätter
5		Wacholderbeeren
2		Nelkenköpfe
1	Tl.	Pfefferkörner
		Zimt, gemahlen
800	ml	Rinder- oder Gemüsebrühe
1	El.	Zitronensaft; eventuell 2
		Zucker

Butter und Mehl verkneten und ins Gefrierfach legen. Zwiebeln, Möhren, Kohlrabi und Sellerie putzen und würfeln. Petersilie grob hacken. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und in einem Bräter in heißem Öl rundherum gut anbraten, dann herausnehmen. Das vorbereitete Gemüse mit den Lorbeerblättern, Nelken, Pfefferkörnern und einer Messerspitze Zimt im Bratfett unter Rühren gut andünsten. Fond und ein 1/4 l Wasser dazugießen und einmal aufkochen lassen. Das Fleisch in den Fond geben (es sollte mit Flüssigkeit bedeckt sein) und bei milder Hitze zwei Stunden offen garen. Dabei öfter abschäumen. Den Tafelspitz aus der Brühe nehmen und bei milder Hitze in Alufolie gewickelt im Backofen warm halten. Brühe durch ein Sieb in einen Topf gießen und offen bei starker Hitze auf 1/4 l Flüssigkeit einkochen lassen (ca. 15 Minuten). Aus dem Gemüse die Lorbeerblätter entfernen. Das Gemüse und die Gewürze mit dem Schneidstab sehr fein pürieren und in den reduzierten Fond geben. Sahne dazugießen, einmal aufkochen lassen. Die Mehlbutter in Flöckchen dazugeben und die Sauce weitere 7-10 Minuten offen einkochen lassen. Mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und einer guten Prise Zucker würzen. Als Beilage ein kräftiges Holzofenbrot oder Petersilienkartoffeln.

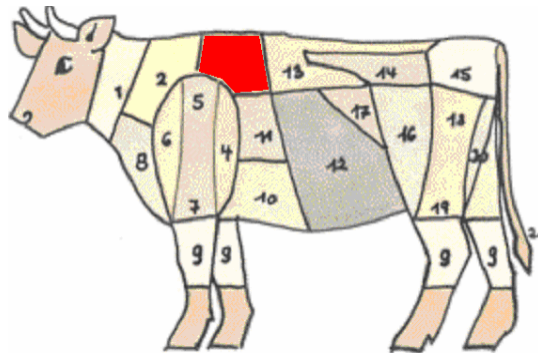
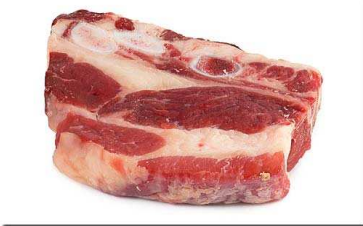
Informationen von Ihrem

Doris und Edmund Braun
Riegenhof 4
74535 Mainhardt

Fon: 07903/2782
Fax: 07903/2643
Email: doris@biolaedle.de
www.biolaedle.de



Siedfleisch



Siedfleisch kann man aus verschiedenen Teilen vom Rind schneiden. Je nach Sorte ist es mager, durchwachsen, mit einer Fettschicht bedeckt oder mit saftigen Sehnen durchzogen.

Leider ist es in den letzten Jahren auf dem Speiseplan in Vergessenheit geraten, da es etwas länger zum Vorbereiten dauert. Doch mit einem Stück saftigem Siedfleisch wird jeder Eintopf zum Genuss!

Hohe Rippe: - mit Fettadern durchzogen, sehr saftig.
Wade: - mager mit Sehnen durchzogen, sehr saftig
Nacken: - durchwachsen, saftig
Querrippe mit Knochen: - durchwachsen
Brustkern: mager mit Fettschicht, saftig.
Tafelspitz: mager, feinfasrig, edel.

Sommereintopf:

Zutaten:

2 l Wasser
2 Markknochen
1 Zwiebel
1 Zehe Knoblauch
1 El, Salz
600 g Rindfleisch zum Sieden.
600 g Sommergemüse nach Wahl
(Karotten, Kohlrabi, Blumenkohl, Zuckerschoten, Bohnen, usw.)
4 El. gehackte Petersilie

Zubereitung

Kaltes Wasser in hohe Pfanne geben.
Besteckte Zwiebel, Knoblauchzehe und das in grobe Stücke geschnittene Gemüse beifügen und langsam zum Sieden bringen.
Mit Salz würzen und Fleisch beigegeben (das ganze Stück).
Auf kleiner Stufe zugedeckt leicht kochen. Kochzeit ca. 2 Std
Markknochen abspülen und während den letzten 10 Min. mitkochen.
Vor dem Servieren das Fleisch quer zur Faser in kleine Stücke schneiden und in die Suppe zurückgeben.
Die gehackte Petersilie darüber streuen.

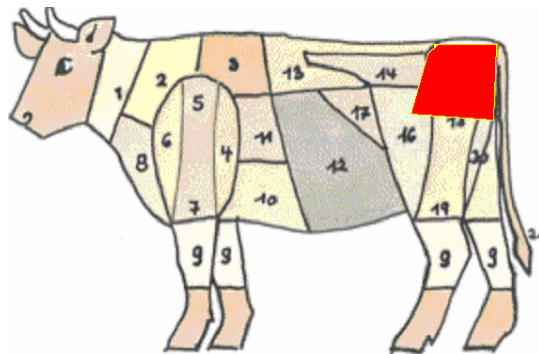
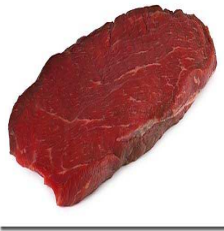
Informationen von Ihrem

Doris und Edmund Braun
Riegenhof 4
74535 Mainhardt

Fon: 07903/2782
Fax: 07903/2643
Email: doris@biolaedle.de
www.biolaedle.de



Rindersteak



Die Rinderhüfte ist mit feinen Fettäderchen durchwachsen und hat eine lockere Faserstruktur, was sie sehr zart und saftig macht. Aus der Rinderhüfte werden Braten oder Schmorbraten hergestellt. Auch Rouladen, Beefsteaks und Rinderhüftsteaks werden aus der Hüfte geschnitten.

Rindersteak mit Käsefüllung

4 Personen
4 gleichgroße Hüftsteaks
60 g Edelpilzkäse
½ Bd, Petersilie
½ Bd. Schnittlauch
Etwas Kresse
Pfeffer, Salz
1 Eßl. Rotwein
Etwas Butterschmalz

Käse mit einer Gabel zerdrücken, mit fein gehackten Kräutern, Wein und Pfeffer abschmecken.

Fleisch mit dem Handballen etwas flach klopfen, mit Käse füllen, dabei die Ränder freilassen, zusammenklappen. Mit Rouladengarn fixieren.

Pfeffern und in der Pfanne mit Butterschmalz von jeder Seite ca. 2-5 Min. anbraten

(je nach gewünschtem Gargrad), salzen, und auf einem vorgewärmten Teller 1-2 Min. ruhen lassen.

Dazu einen Salat der Jahreszeit mit rustikalem Weißbrot, ein Glas Rotwein.

Guten Appetit!

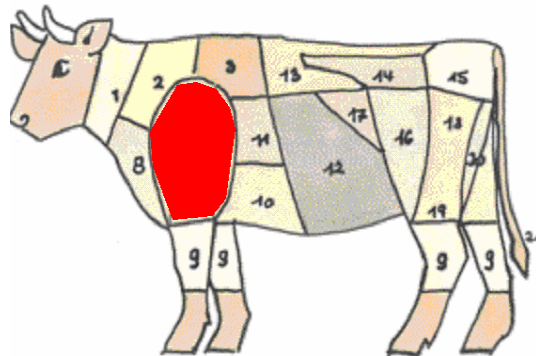
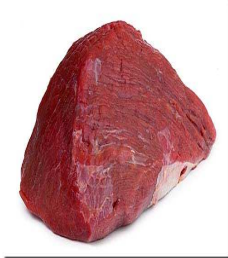
Informationen von Ihrem

Doris und Edmund Braun
 Rieghof 4
 74535 Mainhardt

Fon: 07903/2782
 Fax: 07903/2643
 Email: doris@biolaedle.de
www.biolaedle.de



Rinderbraten



Aus dem Bug werden weitere Teilstücke zerlegt: Dicker Bug, Schaufel- und Mittelbugstück sowie das falsche Filet. Dieses Teilstück verdankt seinen Namen der Ähnlichkeit mit dem echten Filet. Das falsche Filet verwendet man für Spick- und Schmorbraten, sowie für geschmorte Ragouts, Eintöpfe und Sauerbraten. Alle Teilstücke des Bugs lassen sich gut braten und schmoren. Der dicke Bug eignet sich für Braten, aber auch für Geschnetzeltes. Aus dem Schaufelstück kann man Sauerbraten herstellen. Fleisch vom Mittelbug ist zum Kochen und Schmoren geeignet.

Rinderbraten

für 4 Personen

1	kg	Rinderbraten
		Salz
		Schwarzer Pfeffer
1		Zwiebel
1 – 2		Karotten
2		Tomaten
¼	l	Fleischbrühe
1	Glas	trockener Rotwein
1	EL	Mehl
3	EL	Sauerrahm

Am Tage vor dem Zubereiten des Bratens den Rinderbraten waschen, abtrocknen und kräftig mit Salz und Pfeffer einreiben. Im Kühlschrank zugedeckt ruhen lassen.

Zwiebel schälen in Ringe schneiden. Karotte schaben. Tomaten in Achteln schneiden.

In einem großen Topf etwas Öl erhitzen. Das Fleisch darin auf einer Seite kräftig anbraten.

Wenden, dabei die vorbereiteten Zwiebelringe mit anbraten. Tomatenstücke und Karotte zugeben und mit ¼ l Fleischbrühe und die Hälfte des Rotweins ablöschen.

Zugedeckt ungefähr 2 Stunden langsam schmoren lassen. Dabei in der Hälfte der Zeit den Braten einmal wenden.

Fleisch heraus nehmen, warm halten.

Den Bratensaft durch ein Sieb drücken, dabei die Karotten und Tomaten mit einem Löffel mit durchdrücken.

Für die gewünschte Soßenmenge noch Wasser zugießen. Mit 1 EL Mehl und etwas Wasser die Soße abbinden. Mit restlichem Wein, Salz und Pfeffer abschmecken.

Saure Sahne ganz am Schluss mit einem Schneebesen unterrühren.

Fleisch in Scheiben aufschneiden und mit reichlich Soße zu Nudeln/Spätzle und einem Salat servieren.