

Lollo`s Sauerbraten

mit Hefeklößen servieren



Diese Menge reicht für 4 Personen:

- 1 ½ kg Rinderbraten
- 5 EL Sonnenblumenöl
- 5 EL weißen Balsamicoessig Kräuteressig
- 3 EL Rübenkraut oder Honig
- 1 TL Salz
- 1 EL Tomatenmark
- 1 TL edelsüßen Paprika
- 3 St Lorbeerblätter
- 6 St Nelken
- 6 St Wacholderbeeren
- 2 Tüten Sauerbraten-Fix
- 1 Tasse Weißwein (trocken)
- 6 mittelgroße Zwiebeln (keine Gemüsezwiebeln)

Möglichkeit 1: Fertig eingelegter Sauerbraten

Tipp: Das Fleisch sollte immer einen Tag vor dem Verzehr zubereitet werden und über Nacht stehen. Das schmeckt wesentlich besser als frisch gekocht!

Den fertig eingelegten Sauerbraten aus dem Beutel nehmen und abtropfen lassen, mit Küchenpapier trocken abtupfen.

In einem 1 Liter Gefäß ca. 800 ml Wasser füllen. In das Wasser nun den Essig, das Rübenkraut (oder Honig), Salz, Nelken, Wacholderbeeren, Paprikapulver und zwei Tüten Sauerbratenfix einrühren und zunächst stehen lassen.

In eine große Kasserole das Sonnenblumenöl gießen, erhitzen und das Fleisch reinlegen. Das Fleisch von allen Seiten gut anbraten. Das Tomatenmark hinzugeben und in das Öl einrühren aber nicht anbrennen lassen. Das Fleisch mit Wein immer wieder mal etwas ablöschen. Dann werden die kleingeschnittenen Zwiebeln und die Lorbeerblätter dazu gegeben. Den Decken auf die Kasserole und bei mittlerer Hitze etwas köcheln lassen. Nach ca. 10 Minuten die vorher schon angereicherte Flüssigkeit in den Topf geben und aufkochen lassen.

Nun wird das Ganze in einen vorgeheiztem Umluft-Backofen bei 170 Grad gestellt und 1 Stunde gegart. Die Kasserole herausnehmen und abkühlen lassen.

Möglichkeit 2: Sauerbraten selber einlegen

Einen Sud aus ca. 1 1/2 Liter Wasser, eine Tasse Essig, eine Flasche trockenen Weißwein, 3 mittelgroße in Scheiben geschnittenen Zwiebeln, eine Tüte Sauerbratengewürz, 10 Wacholderbeeren, 10 Nelken und 6 Lorbeerblätter in einem Topf für ca. 10 Minuten aufkochen lassen. Danach wieder auf Zimmertemperatur abkühlen lassen. Den abgekühlten Sud in eine große Schüssel gießen und das Fleisch hineinlegen. Das Fleisch sollte vollkommen bedeckt sein, sonst das Fleisch halbieren und Deckel drauf. Im Kühlschrank sollte es durch mehrmaliges Drehen für ca. 3 Tage in dem Sud verweilen.

Den eingelegten Sauerbraten aus der Schüssel nehmen und abtropfen lassen, mit Küchenpapier trocken abtupfen.

Zubereitung dann wie Möglichkeit 1

Möglichkeit 3: Rinderbraten gar nicht einlegen

Das frische Fleisch vor dem Anbraten in Scheiben schneiden und mit Sauerbraten-gewürz im heißen Öl und etwas Tomatenmark von allen Seiten anbraten. Mit Weißwein immer mal wieder ablöschen.

Zubereitung dann wie Möglichkeit 1

Tipp: Wer Wacholderbeeren und Co. nicht auf den Teller haben möchte, sollte die Soße vor dem Auftischen durch ein Sieb seiern.

Sauerbraten auf dem Tisch serviert



Die Hefeklöße sind locker und leicht, wenn sie 20 Minuten unter Wasserdampf gedünstet werden. Dazu nehme man einen Topf mit extra Zwischenboden, der über die Wasseroberfläche liegen muss. Der Topf wird mit Deckel geschlossen.

Wenn die Klöße im Wasser gehen sollen, dann ohne Deckel je 2 x 4-5 Minuten je nach Größe der Hefeklöße kochen lassen (zur Halbzeit bitte wenden).