



PULLED BEEF VOM SIEDFLEISCHSTÜCK von Frau Rühr-Werk

Zutaten (für ca. 4 Personen)

Fleisch

- 800 g Rindfleisch für Siedfleisch, meist Brust

Zum Würzen

- 2 Esslöffel Fleischgewürz
- 2 Esslöffel Tomatenmark
- 1 Esslöffel grobkörniger Senf
- 1 Esslöffel Paprika süß oder scharf, je nach Geschmack
- 50 ml Aceto Balsamico
- Salz und Pfeffer zum Abschmecken der Sauce

Gemüse

- 3-4 Stk. Zwiebeln
- 3-4 Stk. Karotten
- 1/4 Stk. Sellerie
- 1-2 Stk. Knoblauchzehen

Ausserdem

- Bratbutter zum Anbraten
- 50 ml Aceto Balsamico
- 5 dl Rinderbouillon
- 1-2 dl Saucenrahm, oder Vollrahm für die Sauce (falls man nicht einkocht)
- 1-2 Esslöffel Butter für die Sauce
- 1-2 Esslöffel Weissmehl für die Sauce (falls man nicht einkocht)

Vorbereiten und Zubereiten

Am Tag vorher

Das Fleisch am Morgen vorher kalt abspülen, trocken tupfen, gut mit dem Fleischgewürz einreiben und entweder in Folie packen oder vakuumieren. Dann wieder für 24 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Am Morgen starten, schmoren braucht Zeit

Am nächsten Morgen das Fleisch 1-2 Stunden vor der Verwendung aus dem Kühlschrank nehmen, damit es nicht zu kalt ist.

1. Alle Zutaten vorbereiten

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in ca. 3 mm breite Streifen schneiden. Knoblauch schälen, entweder ganz lassen oder vierteln. Karotten schälen, entweder ganz lassen oder in 5-7 cm lange Stücke schneiden. Sellerie rüsten, in grobe Würfel schneiden.

2. Backofen schon auf 120°C, Unter- und Oberhitze vorheizen

3. Fleisch anbraten, Fond zubereiten

Bratbutter in den Schmortopf geben, diesen langsam auf dem Herd erhitzen (nicht gleich die höchste Stufe wählen, das tut dem Topf nicht gut). Das Fleisch bei hoher Hitze auf allen Seiten gut anbraten, beiseite stellen. Zwiebeln anbraten, Knoblauch beigegeben, Selleriewürfel, Tomatenpüree beigegeben, mit Aceto Balsamico ablöschen, Rinderbouillon beigegeben, Senf und Paprika beigegeben, kurz aufkochen lassen. Fleisch zurück in den Topf, Deckel auflegen.

4. Schmoren

Den Schmortopf in den vorgeheizten Ofen geben, ca. 8 Stunden schmoren lassen. Regelmässig nach jeweils 2 Stunden das Fleisch mit Bratensaft übergießen. Nach 6 Stunden die Karotten beigegeben, mitschmoren.

5. Zum Servieren oder zum Einkochen vorbereiten

Nach 8 Stunden den Schmortopf aus dem Herd nehmen, Fleisch herausheben, mit zwei Gabeln zerzupfen.

Wenn du sofort geniessen möchtest, kannst du aus dem Bratenfond eine feine Rahmsauce zaubern. Dazu entnimmst du den Bratenfond als Fond für deine Sauce. Anschliessend das Fleisch zurück in den Schmortopf geben und servieren, Sauce separat oder zum Fleisch geben, je nach Geschmack.

Nach diesem Schritt lässt sich das Fleisch übrigens auch einkochen. Wichtig ist dann, dass die Sauce weder gebunden noch mit Rahm oder Butter montiert wird. Das erst dann machen, wenn ihr das Genussglas wieder öffnet.

6. Einkochen

Zum Einkochen füllen wir das Fleisch in sauber sterilisierte Einmachgläser und achten darauf, dass der Rand sauber bleibt. Einmachgläser verschliessen und anschliessend bei 100°C entweder im Wasserbad oder im Combidämpfer für 120 Minuten einkochen. Alternativ kannst du auch 60 Minuten einkochen und dann innerhalb von 24 bis 48 Stunden noch einmal für 60 Minuten bei 100°C. Wegen des hohen Eiweisses ist dieses Vorgehen durchaus sinnvoll. ([s. Einkochzeiten und Temperaturen](#)) Und selbstverständlich geht es auch mit dem Dampfkochtopf oder dem Pressure Canner. Dafür bitte die Anweisungen der Geräte beachten.

Jetzt wünsche ich dir gutes Gelingen und En Guete
Frau Rührwerk