

Liebblingsrezept von Familie Schoch mit Jenazer Fleisch

Braten aux fruits sechés

Für 4 Personen

Vor – und Zubereitungszeit: ca. 100 Min.
Für ein Bratgeschirr von 3 ½ Litern



Zutaten

Rindsbraten (ca. 1kg)
2 TL Salz
wenig Pfeffer
Erdnussöl zum Anraten
2 Zwiebeln, in Schnitzen
60 gr. getrocknete Apfelringe, Zwetschgen, Mango
4 Zweiglein Rosmarin
6 dl saurer Most
2 Würfel Fleischbouillon, zerbröckelt

2 TL Maizena
2 EL Calvados
Salz und Pfeffer nach Bedarf



Zubereitung

Fleisch ca. 1 Std. vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen, Braten würzen. Öl in Bratpfanne heiss werden lassen. Fleisch rundum ca. 8 Min. anbraten, herausnehmen, Hitze reduzieren. Bratfett auftupfen, ev. wenig Öl begeben. Zwiebeln begeben, ca. 3 Min. andämpfen. Dörrfrüchte und Rosmarinzweiglein ca. 2 Min. mitdämpfen, zum Fleisch geben. Sauren Most und Bouillon in dieselbe Pfanne giessen, aufkochen. Flüssigkeit über das Fleisch giessen. (Fleischthermometer an der dicksten Stelle einstechen).

Braten im Ofen

Mindestens 1 ½ - 2 Std. in der Mitte des auf 180 Grad vorgeheizten Ofens. Die Kerntemperatur soll ca. 75 Grad betragen. Braten herausnehmen, vor dem Tranchieren zugedeckt ca. 10 Min. stehen lassen. Maizena und Calvados anrühren, unter Rühren in die Sauce geben, Sauce ca. 10 Min. fertig köcheln, würzen.

Servieren

Fleisch tranchieren, mit den Dörrfrüchten und der Sauce anrichten.
Dazu passen Reis, Nüdeli oder Spätzli

En Guete – in lieber und dankbarer Verbundenheit
Jürg und Brigitte Schoch