

Meine besten Fleischrezepte

# Rinderbraten



**vinzenzmurr**

# Rinderbraten



**Zutaten:** 1,5 kg Rinderschulter, Salz, Pfeffer, mittelscharfer Senf  
Für die Sauce: 3 – 4 Rindfleischknochen, Salz, Pfeffer, Öl, 1 Zwiebel gewürfelt, Suppengrün gewürfelt, 1 Knoblauchzehe gewürfelt, 1 EL Tomatenmark, 700 ml frisch&fertig-Brühe (alternativ Rotwein), 1 EL Senf, 250 g Sahne, Saucenbinder

Rinderschulter mit Salz und Pfeffer würzen und mit mittelscharfem Senf dünn bestreichen. Bei ca. 110 °C für ca. 2 ½ Stunden im Ofen schonend braten (ohne Anbraten – das ist nur Stress, denn Fleisch hat keine Poren!). Ein Gefäß mit Wasser in den Ofen geben, das erhöht die Feuchtigkeit und der Braten verliert kaum an Gewicht. Zum Schluss wegen der Röststoffe und Optik kurz anbraten. Fleisch quer zur Faser aufschneiden.

Die Sauce separat zubereiten, denn der Fleischsaft soll im Braten bleiben. Rindfleischknochen mit Salz und Pfeffer würzen und in Öl heiß anbraten. Zwiebeln, Suppengrün, Knoblauch und Tomatenmark mit anbraten und nach ca. 10 Minuten mit Brühe aufgießen und ca. 2 ½ Stunden köcheln lassen, zum Schluss mittelscharfen Senf zugeben und mit Sahne aufgießen. Mit Saucenbinder etwas abbinden.

**Tipp vom Metzger:** Für Rinderbraten eignen sich alle Teile von der Schulter, (dicke, runde, flache), alle Teile vom Schlegel, Tafelspitz, Bürgermeisterstück, Kugel, Hüfte, Oberschale, aber auch Zwerchrippe, Brustkern, Schorrippe sowie Rinderwade. Dieses Rezept kann auch vom Kalb (Kalbshals, Kalbstafelspitz, Kalbshaxe, Kalbshaxe gerollt), Pute (Putenbrust, Oberkeule gerollt), Lammschlegel oder Schweinelende variiert werden. Die Bratzeit ändert sich entsprechend dem Teilstück – je kleiner und zarter bzw. schierer das Teilstück, desto kürzer die Bratzeit.