



Boeuf Bourguignon mit geschmorten Pilzen und Zwiebeln

14

Ingredienzen

für 4 Personen

1 kg Rindfleisch, in ca. 5 cm große Stücke geschnitten
150 g Schinkenspeck
1 Möhre
1 Knoblauchzehe
1 Zwiebel
1 Bouquet garni
1 Flasche trockenen, kräftigen Rotwein, möglichst der, den man auch zum Essen selbst trinken möchte
750 ml Rinderfond
120 g Butter
Olivenöl
Tomatenmark

für die geschmorten Zwiebeln

1 kg Zwiebeln
1 Lorbeerblatt
50 g Butter, etwas Olivenöl
120 ml Fond

für die geschmorten Pilze

500 g Pilze (vorzugsweise braune Champignons)
80 g Butter
Olivenöl

Vorbereitung der geschmorten Zwiebeln:

Die Zwiebeln schälen, dabei darauf achten, dass die Häutchen nicht kaputt gehen. Butter und Öl in eine Kasserolle geben. Wenn Butter und Öl aufschäumen, die Zwiebeln dazu geben und bei mäßiger Hitze für 10 Minuten anschmoren und immer wieder mal wenden, damit sie überall schön braun werden. Den Fond und das Lorbeerblatt dazu geben, den Deckel drauf geben und für 45-50 Minuten langsam kochen bis die Zwiebeln schön weich sind. Das Lorbeerblatt entfernen, danach weiter verwenden.

Vorbereitung der geschmorten Pilze:

Butter und Öl in eine sehr heiße Pfanne geben. Sobald der Butterschaum abklingt, die Pilze hinein geben. Die Pfanne für 4-5 Minuten schwenken. Während des Schmorens werden die Pilze vorübergehend das Fett aufsaugen. Nach einigen Minuten tritt das Fett wieder heraus und die Pilze schmoren. Pilze immer wieder wenden, dass sie von allen Seiten braun sind, danach weiter verwenden.

Confiture de Vivre



Boeuf Bourguignon mit geschmorten Pilzen und Zwiebeln

14

Vorbereitung des Boeuf Bourguignon:

Die Rinde des Schinkenspecks entfernen und in Streifen ½ cm dick, 4 cm lang schneiden. Den Schinkenspeck in 15 ml Oliven- oder Speiseöl bei mittlerer Hitze kurz für 2-3 Minuten leicht anrösten. Den Schinkenspeck wieder herausnehmen. Die Cocotte wieder auf den Herd zurückstellen. Das Rindfleisch jetzt darin von allen Seiten schön anbraten. Das Fleisch zum Schinkenspeck legen.

Das Gemüse im selben Öl anbraten. Bratfett danach weggießen.

Das Fleisch und den Speck wieder in die Cocotte geben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Ofen auf 165° C vorheizen. Das Fleisch mit dem Rotwein und genug Rinderfond begießen, so dass das Fleisch bedeckt ist. Tomatenmark, Knoblauch, Kräuter und Schinkenspeckrinde dazugeben und alles Aufkochen. Den Deckel aufsetzen und in den Ofen auf die untere Schiene für 2 ½ -3 Stunden geben. Die Temperatur regulieren, damit es langsam köcheln kann.

Wenn das Fleisch weich ist, den Inhalt der Cocotte durch ein Sieb geben und die Flüssigkeit in einem Soßentopf auffangen. Fleisch und Schinkenspeck zurück in die Cocotte geben.

Die geschmorten Zwiebeln und die Pilze darüber verteilen.

Von der Soße das Fett abschöpfen. Die Soße für 1-2 Minuten aufkochen. Nach dem Abschmecken die fertige Soße über das Rindfleisch und Gemüse gießen.

Wenn man sofort essen möchte:

Die Cocotte mit Deckel nochmal für 2-3 Minuten aufkochen und das Fleisch und Gemüse dann mit Soße begießen.

Wir empfehlen, das Boeuf am Vortag zuzubereiten und über Nacht stehen zu lassen. Es schmeckt um ein Vielfaches besser, wenn es etwas durchziehen durfte. Am besten reicht man dazu Salzkartoffeln oder einen Kartoffelstampf.



honestlyphotos