

## Hauptgang:

### Geschmorte Rindsbäckle auf Zwiebel-Stampf



#### Zutaten:

##### **geschmorte Rindsbäckle:**

- ca. 1.5 Kg Rindsbäckli ( 6 Personen )
- Salz + Pfeffer, Butterschmalz
- 2 Karotten, 2 Zwiebeln, 2 Petersilienwurzeln
- etwas Sellerie + 1/2 Stange Lauch
- 3 EL Tomatenmark, 2 EL Senf
- 1,5 L Spätburgunder
- 0.75 L Fleischfond
- 2 Lorbeerblätter, 3 Wachholderbeeren, 4-5 Knoblauchzehen
- Salz + Pfefferkörner

##### **Zwiebelstampf:**

- 1 Kg. Zwiebeln gelb
- 0,5 Kg Kartoffeln mehlig kochend
- 2 dl Fleischfond
- Butter, Mehl, Schmand
- Salz + Pfeffer + Muskatnuss

## **Zubereitung:**

### **Rindsbäckle:**

Fleisch säubern, Sehnen und Häute abschneiden  
die Abschnitte beiseite stellen  
mit Salz + Pfeffer gut würzen und in Butterschmalz  
von allen Seiten im Bräter gut anbraten  
aus dem Bräter nehmen und zur Seite stellen

noch einmal Butterschmalz in den Bräter geben  
und die Abschnitte gut anbraten  
gewürfelte Karotten, Zwiebeln, Petersilienwurzeln  
hineingeben und kurz anrösten  
geschnittenen Sellerie und Lauch dazu geben  
alles kräftig anrösten  
Tomatenmark + Senf dazu geben und noch kurz mitrösten  
mit etwas Rotwein ablöschen und reduzieren lassen

den restliche Rotwein, den Fleischfond, die Bäckle,  
die Gewürze und den Knoblauch dazu geben  
bei geschlossenem Deckel 1 Stunde schmoren ( ca 100° C )

dann die Rindsbäckle raus nehmen, die Sosse abpassieren  
die Bäckle wieder in den Sud geben ( kleinerer Topf ) und ohne Deckel  
nochmal 1 Stunde bei schwacher Hitze schmoren  
die Sosse soll dabei stark einkochen

am Schluss vor dem Anrichten die Sauce noch einmal mit Salz + Pfeffer abschmecken

### **Zwiebelstampf:**

Zwiebeln würfeln und in einem Topf in Butter glasig anschwitzen ( keine Farbe )  
geschälte und gewürfelte Kartoffeln dazu geben, kurz weiter schwitzen  
mit dem Fleischfond ablöschen  
und bei geschlossenem Deckel bei niedriger Hitze 1/2 Stunde köcheln  
eventuell Flüssigkeit abgiessen und zur Seite stellen  
3 EL Mehl einstreuen und alles pürieren ( soll nicht zu flüssig werden )  
je nach dem wieder etwas Flüssigkeit dazu geben  
2-3 EL Schmand unterziehen  
mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken

### **Deko:**

z.B. Gebratenen Zwiebelringe auf das Fleisch  
etwas Grünes z.B. gedämpfte Romanesco oder Broccoli-Röschen  
oder Cherry-Tomaten auf den Stampf