

# Sauerbraten



## Zutaten für 4 Portionen

- 1 kg Rinderbraten, aus der Hüfte
- *(bei uns erhältlich)*
- 2 große Zwiebeln
- 1 EL Pfeffer - Körner, schwarz
- 2 EL Senfkörner
- 5 Lorbeerblätter
- 7 Nelken
- 1 Bund Suppengemüse
- 700 ml Essig
- 700 ml Wasser
- 1 Tasse Rosinen
- 3 EL Apfelkraut
- 3 EL Gelee (Johannisbeergelee)
- 4 Lebkuchen
- etwas Pfeffer, Salz und Fett zum Braten

## Zubereitung

In einen großen Topf den Essig, das Wasser, Nelken, Senfkörner, Pfefferkörner, Lorbeerblätter hineingeben. Die Zwiebeln in Ringe schneiden und ebenfalls hineingeben. Das Suppengemüse waschen und klein schneiden, ebenfalls in den Topf geben. Nun das ganze ca. 5 Min. aufkochen lassen. Danach abkühlen lassen. Das Rindfleisch mit Wasser kurz abwaschen und trocken tupfen. Alles in eine große Schüssel oder in den großen Topf geben und mit Frischhaltefolie abgedeckt in den Kühlschrank 3 Tage ziehen lassen. Das Fleisch nach ca. 1,5 Tagen im Topf wenden.

Das Fleisch aus dem Gefäß nehmen. Die Sud durch ein Sieb geben und die Essigbeize auffangen (für die Soße). Das Gemüse etc. entsorgen.

Nun in einem großen Brattopf Fett stark erhitzen und das Fleisch darin scharf anbraten. Wenn der Braten eine schöne braune Oberfläche hat, mit dem Sud häufiger übergießen, so entsteht die leckere dunkle Soße. Nun den Braten bei niedriger Temperatur langsam schmoren lassen. Nach und nach das Johannisbeergelee, das Apfelkraut, die Rosinen und zuletzt die Kräuterprinten zugeben. Sollte die Soße trotz der Lebkuchen zu dünn sein, kann man hervorragend flüssige Sahne und Mehl verrühren und die Soße damit noch binden.

Der Braten sollte insgesamt 2 Stunden schmoren. Danach den Braten in Scheiben schneiden (das Fleisch ist sehr zart und fällt fast auseinander) und auf dem Teller mit Rotkraut und Klößen und der leckeren Soße anrichten.

**Wir wünschen viel Spaß beim Kochen und einen guten Appetit!**