



Rezept der Woche

17. September 2007

Rheinischer Sauerbraten mit Mandeln und Rosinen dazu Kartoffelknödel und Apfelrotkohl

Zutaten für 6 Personen:

Sauerbraten:

**1,5 kg Rinderbraten (falsches Filet
oder dicker Bug)
0,75 L Weinessig (6%)
0,75 L Wasser
1 dicke Zwiebel
1 Stange Porree
1 Möhre
100 gr Sellerie
1 EL Pfefferkörner
1 EL Wacholderbeeren
1 EL Senfkörner
5 Gewürznelken
5 Lorbeerblätter
6 EL Rübenkraut
100 gr Sultaninen
250 gr Schwarzbrot
100 gr gehobelte Mandeln
Salz, Pfeffer (für den Braten)
4 EL Pflanzenöl**

Kartoffelknödel:

**1,5 kg Kartoffeln (am besten
mehligkochende)
150 gr Mehl
100 gr Weichweizengrieß
3 Eier
Salz, Muskat**

[Rezept Rotkohl im Archiv](#)

Zubereitung:

Zwiebel, Porree, Möhre und Sellerie in Streifen/Stücke schneiden und beiseite stellen. Wasser und Essig mit den Gewürzen aufkochen und vom Herd nehmen, das Gemüse hinzugeben und dann erkalten lassen. Das Fleisch in die kalte Marinade legen und zugedeckt 5- 7 Tage im Kühlschrank ziehen lassen.

Das Fleisch aus der Marinade nehmen und gut abtrocknen. Die Marinade durch ein Sieb gießen.

Das Fleisch kräftig salzen und pfeffern und dann im heißen Öl rundum sehr scharf anbraten. Aus dem Bräter nehmen und die Gemüsewürfel kurz anbraten, das Fleisch darauf legen und mit der Marinade aufgießen und das Rübenkraut dazugeben. Im geschlossenen Bräter bei 180° im vorgeheizten Backofen 1-1,5 Stunden schmoren.

Das Fleisch in Folie einwickeln und warm stellen. Den Bratfond kräftig durch eine Haarsieb passieren. Die Rosinen und das zerbröselte Schwarzbrot dazugeben und 20 Min. leise köcheln lassen, mit Salz, Pfeffer und evtl. noch etwas Rübenkraut abschmecken. Falls nötig mit etwas Stärke binden. Das Fleisch aufschneiden und anrichten, Soße darüber geben und mit den gerösteten Mandeln bestreuen. Mit Rotkohl und Knödeln servieren.

Kartoffelknödel -> Siehe 2. Seite



Zubereitung Kartoffelknödel:

Die Kartoffeln gar kochen und abpellen. Noch heiß durch die Kartoffelpresse drücken. Kräftig mit Salz und Muskat würzen, Mehl Grieß und Eier dazugeben und zu einem glatten Teig kneten. Daraus die Knödel formen und diese dann in einen Topf mit reichlich kochendem Salzwasser geben und ca. 20 Min. gar ziehen lassen (wenn sie nicht mehr kochen, sonst fallen die Knödel auseinander)

Guten Appetit!