

Flämischer Rindfleischtopf



Rinderbraten mit Gemüse im Biersud.

- Vorbereitungszeit ca. 30 Minuten
- Backzeit ca. 120 Minuten bei 120- 150°C



Werkzeug

- Schälmesser, kleines und großes Messer und Schneidebrett
- großer Kochtopf mit Deckel der in den Backofen gestellt werden darf, also keine Kunststoffgriffe, o.ä.

Zutaten

- 500g Rindfleisch (Schmorbraten bis Filet, es geht auch Rindergulasch)
- 3 kleine Zwiebeln, 2 Zehen Knoblauch
- 1-2 Flaschen (500ml) kräftiges, dunkles Bier (Weltenburger oder Starkbier)
- Thymianzweige, Pfeffer, Salz 1-2 Würfel Gemüsebrühe
- 8 Kartoffeln
- 1 großes Bund Suppengrün oder
 - 1/4 bis 1/2 Knollensellerie
 - 400g Möhren
 - 2-3 Stangen Lauch
-

Zubereitung

Zwiebel und Knoblauch würfeln und in Öl im Topf an schmoren, wenn das ganze beginnt anzubräunen, das Fleisch von allen Seiten scharf anbraten.

Ablöschen mit Bier, so viel einfüllen, dass das Fleisch komplett bedeckt ist. Gewürze und Brühwürfel zugeben. Kartoffeln schälen und in Stücken dazugeben. Möhren schälen und in Scheiben dazu geben. Sellerie schälen und in kleinen Würfeln dazugeben. Lauch schneiden und dazugeben. Ggf. Bier nachgießen bis auch sämtliches Gemüse schön von Flüssigkeit bedeckt ist.

Topf schließen und in den Backofen, Rost mittlere Schiene, dann bis zu 3h bei 120-150°C weiter garen. Es kommt nicht so sehr darauf an, wie lange es insgesamt im Backofen köchelt, nach 2 Stunden ist es meist gut durch. Der Eintopf darf aber gerne auch 3 Stunden im Ofen stehen, es wird dadurch nicht matschig.

Guten Appetit!