Saures Rindfleisch von Julia

Saures Rindfleisch ist ein traditionelles Gericht aus Südtirol, das besonders an warmen Sommertagen seinen besonderen Genuss entfaltet. Die liebe Julia vom Schlaneiderhof hat mir ihr liebstes Rezept für saures Rindfleisch mitgeteilt und gerne gebe ich es an euch weiter.
Fein aufgeschnittenes Rindfleisch, begleitet von einer aromatischen Sauce, ergibt eine herrlich leichte und zugleich charaktervolle Spezialität. Besonders praktisch: Das Gericht lässt sich wunderbar bereits am Vortag zubereiten. Kurz vor dem Servieren wird das Dressing frisch über das Fleisch gegeben – so verbinden sich die Aromen besonders harmonisch.

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, milchfrei, eifrei



Für 4 Portionen

Zutaten:
1 kg Rindfleisch, Tafelspitz- oder Bratenstück
2 Karotten
1 Zwiebel
1/2 Stange Lauch
1 kleines Stück Sellerieknolle
einige Pfefferkörner
einige Wacholderbeeren
2 Lorbeerblätter
etwas Liebstöckel

Außerdem:
1 Zwiebel, in sehr feine Ringe geschnitten

etwas Fleischbrühe
etwas Rotweinessig
etwas Speiseöl
Salz
Pfeffer
Schnittlauch

1. Das Rindfleisch mit allen Zutaten für den Sud in einen Topf geben. So viel Wasser zugeben, bis alles gut mit Wasser bedeckt ist. Anschließend aufkochen und dann auf mittlerer Hitze köcheln lassen, bis das Fleisch schön gar ist.
2. Das Fleisch aus dem Sud nehmen. Es kann nun direkt lauwarm, aber auch kalt verwendet werden. Das Fleisch in hauchdünne Scheiben schneiden und auf einer Platte anrichten.
3. Etwas heiße Fleischbrühe, Essig und Öl über das Fleisch geben, das Fleisch darf etwas darin „schwimmen“. Mit Zwiebeln belegen und mit Salz und Pfeffer würzen und mit Schnittlauchröllchen garnieren.

Tipp: Als Beilage passt ein landbrotähnliches Brot perfekt, aber auch Brat- oder Salzkartoffeln schmecken köstlich dazu. Die Backmischung RUSTIKAL von Tanjas glutenfrei bietet sich dafür besonders gut an.





