

## Warendorfer Sauerbraten



### Zutaten für 4 Personen:

1,5 kg „falsches Filet“ oder 2,5 kg Semmerolle  
100 g Möhren  
100 g Lauch  
100 g Sellerie  
300 ml Kräuteressig  
1 l Rotwein  
1 Zwiebel  
Koriander  
Lorbeerblätter  
Wacholderbeeren  
Senfkörner  
Nelken  
Pimentkörner  
Rosmarin  
2 TL Tomatenmark  
Öl  
Salz  
Pfeffer  
Rosinen

### Zubereitung:

Für die Beize Möhren, Lauch und Sellerie klein schneiden. Das Gemüse mit Kräuteressig und Rotwein zum Kochen bringen. Zwiebeln fein würfeln und mit Koriander, Lorbeerblättern, Wacholderbeeren, Senfkörnern, Nelken, Pimentkörnern und Rosmarin unterheben, dann aufkochen. Beize erkalten lassen.

Fleisch so in die Beize legen, dass das gesamte Stück bedeckt ist. Braten für mindestens drei Tage ziehen lassen. Anschließend das Fleisch herausnehmen und abtupfen. Braten kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. In einem Bräter Öl erhitzen und das Rindfleisch rundherum scharf anbraten. In den Bratensatz zwei Löffel Tomatenmark geben, mit der Beize ablöschen und aufkochen. Den Braten hineinlegen und in den auf 200° C vorgeheizten Ofen geben. Mit einem Sichtthermometer überprüfen, bis das Fleisch eine Kerntemperatur von 80° C erreicht hat. Das Garen kann über Nacht geschehen.

Nach dem Garvorgang das Fleisch aus dem Ofen nehmen. Den Sud erneut in einem Topf aufkochen und pürieren. Rosinen hinzugeben und mitkochen, bis sie weich sind. Zusätzlich kann die Soße, je nach Wunsch der Konsistenz, mit etwas Speisestärke oder Mehlbutter gebunden werden.

Zum Anrichten den Braten in etwa 1,5 cm dicke Scheiben schneiden und mit der Soße sowie den Beilagen auf dem Teller servieren.

Rezept: Matthias Jäger, Foto: Jana Sobolewski