

# Unser Westen: Rheinischer Sauerbraten à la Björn Freitag

 [happy-mahlzeit.com/koch-shows/unser-westen/unser-westen-rheinischer-sauerbraten-a-la-bjoern-freitag/](https://happy-mahlzeit.com/koch-shows/unser-westen/unser-westen-rheinischer-sauerbraten-a-la-bjoern-freitag/)

Der klassische Rheinische Sauerbraten wird aus Pferdefleisch zubereitet. Björn Freitag nimmt aber Rind.

## ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

### Für den Einlegefond/die Beize:

- 250 ml Branntwein-Essig
- 250 ml Weißwein-Essig
- 375 ml Wasser
- je 1 EL Senfkörner und Wacholderbeeren
- 1 Prise Zucker

### Für den Sauerbraten:

- 1 kg Rinder-Braten (eine edle Variante ist Sauerbraten aus Tafelspitz, es eignen sich aber auch andere Stücke aus Bug oder Keule)
- ¼ Knolle Sellerie
- 1 große Karotte
- 4 rote Zwiebeln
- 250 ml Rotwein
- 1 Glas Bratenfond
- 100 ml Einlegefond
- 1 Prise weißer Pfeffer
- Wacholderbeeren
- 1-2 Lorbeerblätter
- 1 Hand voll Trockenbeeren (Sauerkirschen, Cranberrys, Rosinen)
- 2-3 EL Rapsöl
- Wasser
- Stärke

## ZUBEREITUNG:

**Für den Einlegefond** die Zutaten in eine Schüssel geben und vermischen. Das Fleisch darin etwa 7-10 Tage einlegen. Im Kühlschrank lagern und gelegentlich das Fleisch im Sud umdrehen.

Etwas Rapsöl in einen großen Topf oder Bräter geben und den Sauerbraten darin anbraten.

Währenddessen das Röstgemüse schneiden. Die Zwiebeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Sellerie waschen und ebenfalls klein schneiden. Die Karotte schälen und grob schneiden.

Als nächstes den Braten umdrehen und das Röstgemüse an den Rand geben und anbraten. Wenn es schön braun ist, alles mit etwas Rotwein ablöschen.

Den Bratenfond dazu geben und für den Geschmack auch 1-2 Kellen Einlegefond. Anschließend mit weißem Pfeffer, Wacholderbeeren und 1-2 Lorbeerblättern würzen. Mit geschlossenem Decken 2-3 Stunden kochen lassen, je nach Größe des Bratens.

Nach der Kochzeit wird die Soße passiert. Dafür den Braten aus dem Topf nehmen und die Flüssigkeit durch ein Sieb in einen anderen Topf passieren. Die Trockenbeeren in die Soße geben und einmal aufkochen lassen.

Währenddessen den Braten schneiden (dieser wird später noch einmal in die Soße gelegt).

Etwas Stärke in kaltem Wasser anrühren und in die Soße geben. Nach Geschmack mit Balsamico-Essig verfeinern. Die Fleischscheiben kurz in die Soße legen, um die Schnittstellen damit zu benetzen.

Als Beilage eignen sich Rotkohl, Kartoffeln oder Kartoffelklöße.

*Rezept-Quelle: Unser Westen - Unsere Winter-Genüsse*

*WDR - 18.12.2017*