



DR. CRUSIUS
WEINGUT

BOEUF À LA PROVENÇALE

MIT PARMESANPOLENTA



BOEUF À LA PROVENÇALE

MIT PARMESANPOLENTA

MARINIEREN DES FLEISCHS ZUTATEN

DAS FLEISCH IN 4 CM GROSSE WÜRFEL SCHNEIDEN, ANSCHLIESSEND SALZEN. ZWIEBELN VIERTELN UND MIT NELKEN SPICKEN. WACHOLDER UND PFEFFER ANDRÜCKEN, KNOBLAUCH GROB HACKEN UND AUS DEN KRÄUTERN EIN BOUQUET GARNI BINDEN. DIESE ZUTATEN MIT 2 FLASCHEN ROTWEIN IN EINEN GROSSEN BEHÄLER GEBEN UND 12-24H MARINIEREN LASSEN. 2 MAL WÄHRENDEDESSEN UMSCHICHTEN. ANSCHLIESSEND DAS FLEISCH MIT DER MARINADE DURCH EIN SIEB GIESSEN, DABEI ALLES AUFFANGEN. DIE ABGETROPFTEN FLEISCHWÜRFEL GUT MIT KÜCHENKREPP ABTUPFEN, SO LASSEN SIE SICH BESSER ANBRATEN. NELKEN AUS DEN ZWIEBELN NEHMEN, DIESE GROB HACKEN UND BEISEITE LEGEN.

2 KG RINDERGULASCH (GROSSE WÜRFEL)
MARINADE:
2 FLASCHEN ROTWEIN
2 ROTE ZWIEBELN
8 NELKEN
8 WACHOLDERBEEREN
1 TL PFEFFERKÖRNER
3 KNOBLAUCHZEHEN
1 BOUQUET GARNI (1 LORBEER, 3 ZWEIGE PETERSILIE, 5 ZWEIGE THYMIAN, 2 ZWEIGE ROSMARIN)
SALZ

ZUBEREITUNG BOEUF: ZUTATEN

IN EINEM GROSSEN BRÄTER DEN BACON GOLDBRAUN ANBRATEN, DIE NEUEN ZWIEBELN GROB HACKEN. DIESE ZWIEBELN MIT DEM BUTTERSCHMALZ ZUM SPECK GEBEN, EBENFALLS BRÄUNEN. DANN AUS DEM BRÄTER ENTFERNEN UND DIE FLEISCHWÜRFEL IN MEHREREN PORTIONEN VON ALLEN SEITEN ANBRATEN. DANACH MIT GRAPPA ABLÖSCHEN. DANN DAS GESAMTE FLEISCH, DEN SPECK, ALLE ZWIEBELN, DIE PASSIERTEN TOMATEN UND DIE MARINADE IN DEN BRÄTER GEBEN. MÖHREN, SELLERIE UND BOUQUET GARNI KOMMEN ERST SPÄTER DAZU, DA SONST DAS AROMA ÜBER DIE DAUER VERLOREN GEHT. DAS BOEUF DARF NUN 4 H BEI NIEDRIGER TEMPERATUR MIT DECKEL SANFT SCHMOREN, SODASS ES LEICHT KÖCHELT.

NACH 4 H WIRD DAS FLEISCH AUS DER SAUCE GENOMMEN UND BEISEITE GESTELLT. STATTDESSEN KOMMEN JETZT DIE IN SCHEIBEN GESCHNITTENEN MÖHREN, STAUDENSELLERIE UND DER KRÄUTERSTRAUSS HINZU. FOND HINZUGEBEN. DIE SAUCE JETZT ETWAS REDUZIEREN LASSEN UND ABSCHMECKEN. NACH WUNSCH NOCH MIT STÄRKE ODER MEHLBUTTER ABBINDEN.

DAS BOUQUET GARNI NUN ENTFERNEN, DEN RESTLICHEN KNOBLAUCH IN DIE SAUCE PRESSEDEN UND DIE OLIVEN HINEINGEBEN. ALLES KURZ KÖCHELN LASSEN UND DAS FLEISCH WIEDER HINZUGEBEN. SOBALD ALLES WIEDER AUF TEMPERATUR IST MIT DER PARMESANPOLENTA ODER GANZ EINFACH MIT BAGUETTE SERVIEREN.

DAS BOEUF KANN SEHR GUT WIEDER AUFGEWÄRMT ODER AUCH IM VORAUS ZUBEREITET WERDEN!

BOEUF:
150G BAUCHSPECK
3 EL BUTTERSCHMALZ
2 ROTE ZWIEBELN
5 CL GRAPPA
400ML PASSIERTE TOMATEN
1 BOUQUET GARNI (1 LORBEER, 3 ZWEIGE PETERSILIE, 5 ZWEIGE THYMIAN, 2 ZWEIGE ROSMARIN)
3 MÖHREN
3 STANGEN SELLERIE
1 GLAS RINDERFOND
150G SCHWARZE OLIVEN
PFEFFER/SALZ
2 KNOBLAUCHZEHEN

FÜR 8 PERSONEN

ZUBEREITUNGSZEIT: CA. 1 STUNDE

MARINIEREN: CA 12 - 24 STUNDEN

GARZEIT: CA 5 STUNDEN

SCHWIERIGKEIT:



TIPPI!

DAS GERICHT LÄSST SICH AUCH WUNDERBAR MIT DEM WILDFLEISCH IHRER WAHL ZUBEREITEN!

PARMESANPOLENTA ZUTATEN

MILCH UND WASSER AUFKOCHEN. BRÜHE
DAZUGEBEN, POLENTA UNTER RÜHREN
LANGSAM HINZUGEBEN. CA 10 MINUTEN BEI
SCHWACHER HITZE UND UNTER STÄNDIGEM
RÜHREN BIS ZUR GEWÜNSCHTEN
BISSFESTIGKEIT GAREN.
ALS ABSCHLUSS BUTTER UND GERIEBENEN
PARMESAN DAZU GEBEN.
HIER DIE MENGE DES PARMESANS NACH LUST
UND LAUNE ANPASSEN. WIR KOCHEN
UNSERE POLENTA GERN MIT SEHR VIEL KÄSE.
BEI BEDARF MIT SALZ UND PFEFFER WÜRZEN.
GEMEINSAM MIT DEM BOEUF SERVIEREN.

1 L MILCH
1 L WASSER
2 TL GEMÜSEBRÜHE
300G POLENTA
MIN. 200G PARMESAN
(JE NACH GESCHMACK AUCH MEHR)
100G BUTTER
SALZ
PFEFFER

FÜR 8-10 PERSONEN

ZUBEREITUNGSZEIT: CA 20 MINUTEN
GARZEIT: CA 15 MINUTEN

GUTEN APPETIT!

SCHWIERIGKEIT:

