



Manzo alla California

Ein Super-Rezept von Marianne Kaltenbach: dieser Rinderschmorbraten wird so zart, dass man ihn beinahe mit dem Löffel essen kann.

ZUTATEN:

1400 g	Rindfleisch Schulter (falsches Filet)
3 El	Butter
1 El	Mehl
2	kleine Zwiebeln
85 ml	Aceto balsamico
150 ml	Rinderjus
300 ml	Sahne
	Salz
	Pfeffer

BEURRE MANIÉ:

35 g	Butter
35 g	Mehl

1 Den Backofen auf 150° vorheizen. – In einer nicht allzu großen Kasserolle die Butter erhitzen. Das Fleischstück mit Mehl bestäuben und auf allen Seiten gut anbraten. Wenn es fast rundherum angebraten ist, die halbierten Zwiebeln dazugeben und darauf achten, dass die Zwiebeln nicht zu braun werden.

2 Den Aceto balsamico dazugießen und bei grosser Hitze vollständig verdampfen lassen. Das Fleisch mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen. Zuerst die Fleischbrühe -kurz aufkochen lassen- und dann die Sahne dazugießen. Einen gut schliessenden Deckel aufsetzen und auf die zweitunterste Schiene in den Backofen stellen. Alternative: bei schwacher Hitze auf der Herdplatte schmoren, nur lässt sich da die Hitze leider nicht so gut regulieren wie im Backofen.

3 Jetzt sind 5 Stunden Zeit, in der sich die Beilagen vorbereiten lassen.

4 Während das Fleisch schmort, die Mehlbuttermischung (beurre manié) zubereiten: 35 g Butter mit 35 g Mehl verkneten, zu einer Rolle formen, in Folie einwickeln und im Kühlschrank parken.

5 Nach Ende der Garzeit das Fleisch vorsichtig herausnehmen, auf eine Platte legen, mit Alufolie abdecken und zurück in den Backofen (60°) stellen.

6 Die Sauce aufkochen, evtl. noch etwas einkochen, abschmecken, scheinbarweise mit der Mehlbuttermischung binden (möglicherweise wird nicht alles davon gebraucht). Mit dem Zauberstab alles pürieren, evtl. durch ein Sieb in einen kleineren Topf passieren und warmstellen.

7 Das Fleisch vorsichtig in Scheiben schneiden und mit der schön gebundenen Sauce begiessen. Dauer: 5 Stunden plus 15 min Anbratzeit und 10 min für die Fertigstellung.

INFO: Eine kurze Erklärung zum Namen: der grosse Koch Artusi liebte dieses Rezept, das seinen Ursprung in der Stadt California bei Mailand hat.

Erstellt von **DELIZIOSO**

<http://irmgardb.jimdo.com/>

Dieses Rezept ist ein Service von

www.feine-kueche.jimdo.com