

Sauerbraten mit Apfelspalten und Spitzkohl

Rezept von Björn Freitag

Zutaten (für 4 Personen)

- 1 kg Bürgermeisterstück aus dem Bug

Für die Beize / Marinade

- 70 g Zucker
- 350 ml Wasser
- 250 ml Brantweinessig
- 250 ml weißer Balsamico
- 10 Wacholderbeeren
- 2 EL gelbe Senfkörner
- 3 Karotten
- 2 Zwiebeln
- ½ Knolle Sellerie
- 1 Stange Lauch
- 3 Nelken
- 1 TL weiße Senfkörner
- 1 EL Salz
- 300 ml Rotwein (13,5-14%)
- 500 ml dunkler Rinderfond
- 1 Petersilienwurzel
- 2 EL Rübenkraut
- 1 EL Creme Fraiche
- 100 ml Olivenöl

Zubereitung

- In einem Topf Wasser aufkochen und den Zucker darin auflösen. Hinzu kommen Balsamico, Wacholderbeeren, Senfkörner und Brantweinessig.
- Die Silberhäute vom Fleisch entfernen, damit es nach dem Garen nicht zäh wird. Das Fleisch in die Beize legen und abgedeckt im Kühlschrank lagern. Innerhalb der nächsten 10 Tage sollte an jedem zweiten Tag das Fleisch gewendet werden.
- Um den Vorgang zu beschleunigen, das Fleisch in 2,5 cm dicke Scheiben schneiden und diese für nur 3 Tage im Sud ziehen lassen.
- Ist der Braten durchgezogen, das Fleisch aus der Beize heben und abtupfen.
- Mit reichlich Öl in einem Bräter von beiden Seiten anbraten, dann wieder herausnehmen. Karotten, Zwiebeln, Sellerie und Lauch kleinschneiden und in den Bräter geben.
- Nun das Fleisch ebenfalls wieder in den Bräter legen und zusammen mit dem Gemüse für ca.10 Minuten anbraten. Nelken, weiße Pfefferkörner und Salz hinzugeben und kurz andünsten.

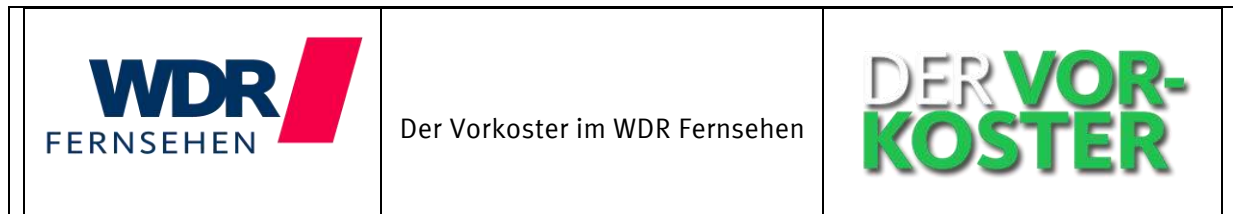
- Danach alles mit Rotwein ablöschen, um den Bratensatz vom Boden zu lösen. 500 ml von der Beize (gemeinsam mit Wacholderbeeren und Senfkörnern) mit Rinderfond und Petersilie im Topf einköcheln.
- Das Fleisch für ca. 2 Stunden mit geschlossenem Deckel schmoren lassen. Nach Ablauf der Zeit, das Fleisch aus dem Bräter herausnehmen und die Sauce durch ein Sieb passieren.
- Die Sauce etwas reduzieren und mit Rübekraut und Creme Fraiche verfeinern. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zutaten (Apfelspalten & Spitzkohl)

- 3 Äpfel
- 1 Spitzkohl
- 100 ml Wasser
- 100 g Zucker
- 3 EL Olivenöl
- 1 EL Weißweinessig
- 1 Prise Zucker
- 1 Prise Kümmel

Zubereitung

- Die Äpfel schälen und in Spalten schneiden. Nur kurz anbraten, dann wieder herausnehmen.
- In der Pfanne anschließend Wasser aufkochen und den Zucker hineingeben. So lange köcheln lassen, bis ein hellbrauner Karamell entsteht.
- Die Apfelspalten zusammen mit einem Esslöffel Olivenöl im Karamell schwenken, bis sie gleichmäßig damit überzogen sind.
- Den Spitzkohl in Streifen schneiden und in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl garen. Zucker, Kümmel und Weißweinessig hinzugeben. Zum Abschluss abschmecken und gegebenenfalls nachwürzen.



Rezepte für Knödel von Expertin Anita Schweiger

Bröselknödel

Zutaten (für 4 Personen)

- 150 g Semmelbrösel
- 100 g Schweineschmalz
- 4 Eier (Größe M)
- 2 EL frische Petersilie
- 1 Zwiebel
- 1 Prise Muskatnuss
- 1 Prise Pfeffer
- 1 Prise Salz

Zubereitung

- Für den Knödelteig eine Zwiebel fein würfeln.
- Im Schmalz glasig dünsten, dann abkühlen lassen. Die Petersilie kleinschneiden und mit den Eiern, Semmelbrösel, Muskatnuss, Pfeffer und Salz gut vermischen.
- Die abgekühlte Zwiebel-Schmalz-Masse in die Mischung einarbeiten und circa 10 Minuten ziehen lassen. Mit nassen Händen aus der Masse kleine Knödel formen.
- In einem großen Topf Salzwasser aufkochen. Die Hitze reduzieren und die Knödel darin mit geschlossenem Deckel für ca. 15 Minuten bei mittlerer Temperatur ziehen lassen.

Rezepte für Knödel von Expertin Anita Schweiger

Knödel mit Bohnen- und Rotkrautfüllung

Zutaten (Grundteig Knödel) für vier Personen

- 900 g mehligte Kartoffeln
- 300 g Mehl
- 60 g Polenta
- 2 Eier (Größe M)
- 1 Prise Muskatnuss
- 1 Prise Salz

Zutaten (Bohnenfüllung)

- 220 g Kidneybohnen (abgetropft aus dem Glas)
- 150 g Speck
- 1 Speisezwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL frische Petersilie
- 1 EL Crème fraîche
- 1 Prise Kümmel
- 1 Prise Muskatnuss
- 1 Prise Majoran
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer
- Zutaten (Rotkrautfüllung)
- 500 g Rotkohl (tafelfertig)
- 1 EL Preiselbeeren
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer

Zubereitung

- Für den Knödelteig die gekochten Kartoffeln fein stampfen. Hinzu kommen Eier, Mehl, Polenta, eine Prise Salz und Muskatnuss.
- Die Masse zu einem festen Teig kräftig kneten.
- Für die Bohnenfüllung den Speck klein würfeln. Die Zwiebel und den Knoblauch kleinschneiden und gemeinsam mit dem Speck in einer Pfanne kurz anrösten und auskühlen lassen.
- Die Bohnen grob hacken und mit der Petersilie, Creme Fraiche, Kümmel, Muskatnuss, Majoran, Salz und Pfeffer vermischen.
- Ebenso den Speck mit Zwiebel und Knoblauch in die Masse einmengen.
- Für die Rotkrautfüllung das Kraut mit den Preiselbeeren in einem Topf aufkochen und wieder abkühlen lassen.

- Die beiden Füllungen zu Golfball-großen Kugeln formen. Ein Eisportionierer ist dazu ein ideales Hilfsmittel. Die Klößchen im Tiefkühlfach einfrieren. So lassen sie sich später besser verarbeiten.
- Nun den Knödelteig (ca. 100 Gramm je Knödel) um die gefrorenen Bällchen legen und gut andrücken.
- Darauf achten, dass die Nähte gut geschlossen sind, damit beim Kochen keine Füllung herausquillt.
- Die Bohnenknödel werden nun für 15 Minuten in Salzwasser gegart. Das Wasser dafür zum Kochen bringen und anschließend die Temperatur herunter drehen.
- Die Knödel mit der Rotkohlfüllung werden in Paniermehl gewälzt und anschließend für 15 Minuten in Frittierfett frittiert.

Rezept des Gewinner-Sauerbratens von Bianca Rothmann aus Unna

Zutaten

- 1 kg Rinderbraten aus der Wade

Für die Beize / Marinade

- 4 rote Zwiebeln
- 170 g Möhren
- 170 g Knollensellerie
- 100 g Pastinake
- 170 g Lauch
- 4 Lorbeerblätter frisch
- 4 Lorbeerblätter getrocknet
- 3 Gewürznelken
- 1,5 Liter Rotwein
- 1,5 Liter Rotweinessig
- 1 EL Kräutersalz
- 10 Pfefferkörner bunt
- 15 Pimentkörner
- 15 Senfkörner gelb
- 8 Wacholderbeeren
- 4 EL Olivenöl
- 1 EL Schmalz
- 2 EL Tomatenmark
- 350 ml Fleischbrühe
- 4 Schalotten
- 4 EL Zucker
- 350 ml roter Portwein
- 80 kalte Butter in Stücken



Zubereitung

- Möhren, Sellerie, Pastinake und rote Zwiebeln schälen, dann klein würfeln. Lauch in Ringe schneiden.
- Zusammen mit allen Lorbeerblättern, Gewürznelken, Rotwein, Rotweinessig, einem Schuss Portwein, Salz, Pfefferkörnern, Piment, Senfkörnern und Wacholderbeeren in einen großen Topf geben.
- Aufkochen, vom Herd nehmen und über den Rinderbraten gießen. Sauerbraten in einem geschlossenen Gefäß mindestens 3 Tage im Kühlschrank marinieren lassen.
- Fleisch aus der Marinade nehmen. Marinade durch ein Sieb abgießen. Gemüse, Gewürze und Marinade beiseite stellen.

- 3 EL Öl und 1 EL Schmalz in einem großen Schmortopf erhitzen und den Braten von allen Seiten scharf anbraten. Fleisch wieder aus dem Topf nehmen. Gemüse und Gewürze aus der Marinade hineingeben und anrösten.
- Tomatenmark dazugeben und 2 Minuten mitrösten lassen. Mit der Hälfte der Marinade und der Fleischbrühe ablöschen. Fleisch in den Fond legen und etwa 3 Stunden schmoren lassen, eventuell zwischendurch Marinade nachgießen.
- Kurz vor dem Ende der Garzeit Schalotten schälen und fein würfeln. 1 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Schalottenwürfel darin glasig dünsten.
- Mit Zucker bestreuen und unter Rühren karamellisieren. Mit Portwein ablöschen und alles stark einkochen lassen.
- Den gegarten Rinderbraten aus dem Schmorfond nehmen, Fleisch abkühlen lassen und in Scheiben schneiden. Bratenfond durch ein Sieb passieren und zur Portweinreduktion geben. Flüssigkeit auf 500 ml einkochen lassen.
- Kurz vor dem Servieren die kalten Butterstücke nach und nach mit einem Schneebesen in den Bratenfond rühren, um die Sauce zu binden.
- Noch einmal mit Salz und Zucker abschmecken. Die Bratenscheiben in die Sauce geben und erwärmen.
- Auf einem Teller anrichten und sofort servieren.

Rezept des Sauerbratens von Ralph Heeger aus Schermbeck

2. Platz

Zutaten

- 1,5 kg Bio-Rinderbraten aus der Hüfte
- 1 l Rotwein
- 1 l Himbeeressig
- 3 Gemüsezwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 4 Lorbeerblätter
- 10 Wacholderbeeren
- 10 Pimentkörner
- 10 g Salz
- 30 g Zucker
- 160 g Honigkuchen
- 100 g Pumpernickel
- 30 g Rübenkraut
- 50 g Rosinen
- Butterschmalz zum Braten

Zubereitung

- Für die Beize zunächst Rotwein und Himbeeressig mit Lorbeerblättern, Wacholderbeeren, Piment, Salz und Zucker aufkochen.
- Die Gemüsezwiebel in feine Ringe schneiden und zusammen mit den Knoblauchzehen für ca. 15 Minuten mit einkochen.
- Den Rinderbraten in die Flüssigkeit legen, abkühlen lassen und im Kühlschrank 14 Tage lang aufbewahren. Jeden Tag einmal wenden.
- Nach Ablauf der Einlegezeit den Braten aus der Beize nehmen und trocken tupfen. Gewürze aus der Beize heraussieben und nur die Flüssigkeit sowie die Zwiebeln weiterverwenden.
- Etwas Butterschmalz in einem Bräter erhitzen und den Braten von allen Seiten kräftig anbraten. Zwiebeln aus der Beize hinzugeben und mit andünsten.
- Mit ca. 300 ml Beize ablöschen. Honigkuchen und Pumpernickel grob zerteilen und mit den Rosinen ebenfalls in den Bräter geben. Mit Beize auffüllen (ca. 500 ml) und rund 1,5 Stunden schmoren lassen.
- Anschließend das Fleisch aus der Flüssigkeit nehmen und diese durch ein Sieb passieren. Mit Rübenkraut abschmecken.

Rezept des Sauerbratens aus dem Dutch Oven von Markus Kaufer, Düren, 3. Platz

Zutaten

- 2 kg Rinderbraten aus der Schulter
- 500 ml Weißwein
- 200 ml Weißweinessig
- 10 Wacholderbeeren
- 10 schwarze Pfefferkörner (Kampot Pfeffer)
- 4 Lorbeerblätter
- 4 Gewürznelken
- 120 g Speck
- 2 Zwiebeln
- 2 Karotten
- 150 g Sellerie
- 100 g Petersilienwurzel
- 200 ml Rübenkraut
- 50 g Rosinen
- 300 ml Rotwein
- 8 Printen
- Salz
- Pfeffer
- Öl zum Anbraten

Zubereitung

- Für die Beize Weißwein und Weißweinessig aufkochen. Wacholderbeeren, Pfefferkörner, Lorbeerblätter und Gewürznelken hinzugeben und kurz köcheln lassen. Rinderbraten in den Sud geben, abkühlen lassen und gut abgedeckt 2 Tage in den Kühlschrank stellen. Das Fleisch einmal täglich wenden.
- Nach der Einlegezeit das Fleisch aus der Beize nehmen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen.
- Öl im Dutch Oven auf einer Feuerstelle erhitzen und den Speck anbraten.
- Anschließend den Braten hinzugeben und von allen Seiten scharf anbraten. Zwiebel, Karotten, Sellerie und Petersilienwurzel klein würfeln und mit anrösten. Mit 500 ml von der Beize ablöschen. Printen hinzugeben, mit dem Deckel verschließen und auf der heißen Glut 2,5 bis 3 Stunden schmoren lassen.
- Alle 30 Minuten mit etwas Beize und Rotwein übergießen.
- Anschließend den Braten entnehmen und die Sauce durch ein Sieb passieren. Mit Salz, Pfeffer und Rübenkraut abschmecken sowie Rosinen hinzugeben. Einkochen lassen bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.