



Elbweiderind Rezepte

Zutaten für 4 Personen:

1kg kleingeschnittenes Rindfleisch,
z.B. Querrippe, Kochfleisch
300g Zwiebeln
1/2 (ca. 400 g) Spitzkohl/Weißkohl
oder Wirsing
3 mittelgroße Möhren
400g Kartoffeln
3–4 Stiel(e) Petersilie
2EL Öl
Salz und Pfeffer, Thymian
1l Gemüsebrühe oder Wasser

13 Elbweiderind-Eintopf / Irish Stew

Vom Rindfleisch evtl. noch vorhandene Sehnen, Knochen abschneiden. Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in mundgerechte Würfel schneiden. Zwiebeln schälen und grob würfeln.

Weißkohl putzen, waschen und in Spalten schneiden. Jeweils den harten Strunk herauschneiden. Kohl in grobe Stücke schneiden.

Möhren und Kartoffeln schälen und waschen. Möhren und Kartoffeln in Scheiben schneiden. Petersilie waschen und trocken schütteln, hacken.

Öl in einem Schmortopf erhitzen. Nur so viele Fleischwürfel hineingeben, dass sie nebeneinanderliegen können – so wird das Fleisch richtig angebraten, verliert kaum Fleischsaft und fängt nicht an zu kochen.

Fleisch bei starker Hitze rundherum braun anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen, herausnehmen und übriges Fleisch portionsweise ebenso braten. Backofen vorheizen (E-Herd: Umluft: 170°C).

Zwiebeln, Kohl, Möhren, Kartoffeln und gesamtes Fleisch in den Topf schichten. Ca. 1l Gemüsebrühe oder Wasser angießen und aufkochen. Zugedeckt im heißen Ofen ca. 1 1/2 Stunden schmoren.

Vor dem Verzehr mit Petersilie garnieren. Nach Wahl mit Guinness, Brot und Butter servieren.



Hereford Elbweiderind
Gräditz