



## Ihr Rezept: Sauerbraten Thüringer Art



### Rezeptdaten in Kürze/im Überblick

Personen	4
Zubereitungszeit	120 Min.

### Zutatenliste

#### Für die Marinade:

Lauch	1 Stange(n)
Möhren	2
Sellerieknolle	100 g
Wasser	1 l
Lorbeerblätter	2
Pimentkörner	10
Weinessig	100 ml

#### Für den Braten:

Rinderbraten (falsches Filet)	700 g
Zwiebeln	2
Möhren	2
Sellerieknolle	100 g
Butterschmalz	40 g
Tomatenmark	1 EL
Rinderbrühe	1500 ml
Graubrot	3 Scheibe(n)
Salz	
Schwarzer Pfeffer	

### Arbeitsschritte / Zubereitung

Für die Marinade den Porree, zwei Möhren und 100 g Sellerie putzen, waschen und klein schneiden. Aus 1 l Wasser, dem Gemüse, den Gewürzen und dem Essig eine Marinade kochen. Diese abkühlen lassen und dann das Fleisch hineinlegen. Das Fleisch 3 Tage im Kühlschrank marinieren lassen.

Das Fleisch herausnehmen und trocken tupfen. Die Zwiebeln schälen und würfeln, die restlichen Möhren und den restlichen Sellerie putzen, schälen und würfeln. Das Fleisch im heißen Butterschmalz von allen Seiten anbraten. Das Gemüse dazugeben und rösten, bis es goldbraun geworden ist. Das Tomatenmark dazugeben und weiterrösten, bis die Soße den gewünschten braunen Farbton hat.

Eventuell überschüssiges Fett vorsichtig über ein Sieb gießen. Den Braten mit der Fleischbrühe auffüllen und das Graubrot in Stücken dazugeben. Das Fleisch zugedeckt ungefähr 90 Minuten bei mittlerer Hitze schmoren. Danach herausnehmen, warm stellen und ungefähr 10 Minuten ruhen lassen. Den Bratenfond durch ein Sieb streichen, salzen und pfeffern.

Als Beilage eignen sich Rotkohl und Klöße.