

Rosinenfleisch

Zutaten für 4 Personen

- 1 kg Rindfleisch
- 20 g Bratfett
- 1 Teelöffel Salz, Pfeffermix
- ½ Liter Wasser
- 1 Esslöffel Instant-Gemüsebrühe
- 1 große Zwiebel
- 3 Nelken
- 1 große Möhre
- 3 Kardamomkapseln (eingeritzt)
- 1 Zitronenscheibe
- 40 g Sultaninen
- 1 Teelöffel Zucker
- 1 Teelöffel Soßenbinder (Fix, dunkel)



Zubereitung

Das Rindfleisch wird eingesalzen, mit dem Pfeffer bestreut und von allen Seiten scharf angebraten. Dann wird Wasser aufgefüllt, Instant-Gemüsebrühe dazugegeben und die Mohrrübe hineingelegt. Die Zwiebel, in die die Nelken gesteckt werden, kommt hinzu. Die Kardamomkapseln werden eingeritzt und ebenfalls hinzugegeben.

Das Fleisch wird nun bis zu vier Stunden gegart. Eventuell muss ab und zu Wasser aufgefüllt werden. Ist der Fleischbrocken zu dick, sollte er geteilt werden. Zum Schluss werden Zwiebel mit Nelken und Möhre herausgenommen und dafür eine Zitronenscheibe sowie die Sultaninen in die Soße gegeben. Die Soße wird angedickt.



Zubereitungszeit

ca. 4 Stunden;

Das Fleisch schmeckt noch besser, wenn es längere Zeit in der Rosinensoße gelegen hat.

Anrichtung

Zum Rosinenfleisch passt Reis. Auf Brot schmeckt es auch.