

Heute



Gustostücke zum Kochen
vom
Bio-Jungrind

Mit Bio-Rezepten
im Innenteil



MERKUR



Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	3
Österreichische Rindfleischkultur	4
Das Bio-Fleisch von Ja! Natürlich schmeckt einfach besser.....	6
Partner, auf die man sich verlassen kann.....	8
Teilkunde.....	9
Wie Sie das Ja! Natürlich Jungrind am besten zubereiten	13
Rezepte	
Rindsuppe mit Grießnockerl und Gemüse.....	14
Tafelspitzsülzchen mit roten Zwiebeln und Kernöl	15
Rostbeefröllchen mit Krengervais.....	16
Wurzelbeuschel mit Gulaschsaft.....	17
Gekochtes Schulterscherzel mit jungem Gemüse.....	18
Gefüllte Zucchini mit kleinem Salat.....	19
Geschmortes Hüferschwanzel mit Schwammerl	20
Rindergulasch in Senf-Speck-Soße.....	21
Rostbeiried mit gefüllten Spinaterdäpfeln.....	22
Rinderfilet mit gefülltem Markknochen	23
Tafelspitz.....	24
Soßen für den Tafelspitz.....	25
Rindsrouladen.....	26
Zwiebelrostbraten vom Jungrind	27

IMPRESSUM:

Herausgeber: Ja! Natürlich Naturprodukte G.m.b.H.
Industriezentrum Niederösterreich Süd, Straße 3, Objekt 16, A - 2355 Wiener Neudorf
T: 02236 600-6950, F: 02236 600-86950, www.janatuerlich.at
© 2007

Vorwort

Wer an gekochtes Rindfleisch denkt, denkt in erster Linie an den Tafelspitz – den Klassiker schlechthin. Doch über diesen kleinen, feinfasrigen Teil des Jungrinds hinaus eröffnet sich ein ganzes Spektrum einschlägiger Genüsse.

Der Kenner weiß, dass auch ein Weißes Scherzel, Hüferschwanzel, Schulterscherzel oder Mageres Meisel auf die gleiche Weise zubereitet werden kann wie der berühmte Tafelspitz. Auch das gekochte Beiried oder ein klassisch zubereitetes Beiried kann den Gaumen des Rindfleischgourmets erfreuen. Nicht umsonst haben sich Generationen von Fleischern und Köchen in Österreich, als auch in Böhmen und Mähren mit dem Thema Rindfleischteilung und -zubereitung beschäftigt – was wiederum zu einer einzigartigen Vielfalt an Spitzten, Schwanzeln, Stücken vom Meisel und Co. führte – wovon wir und unsere Gaumen heute profitieren.

Wer Jungrindfleisch bei MERKUR kauft, kann auf beste Ja! Natürlich Qualität zählen – denn bei MERKUR gibt es das größte Bio-Jungrindfleisch-Angebot Österreichs. Aus diesem Grund fühlt sich MERKUR gemeinsam mit Ja! Natürlich der österreichischen Rindfleischtradition verpflichtet und setzt mit seinem „Rindfleischkultur-Schwerpunkt“ ein deutliches Zeichen in Bezug auf österreichische Ess- und Kochkultur.



Österreichische Rindfleischkultur

Die Tradition des gekochten Rindfleisches in Wien stammt aus der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts. Sie wird unter anderem darauf zurückgeführt, dass Kaiser Franz Josef I. gekochtes Rindfleisch auf seiner Privattafel, abseits vom höfischen Zeremoniell, zu speisen pflegte. Er bezeichnete es angeblich sogar als sein Lieblingsgericht.

Dadurch fand es Eingang in die Speisenfolge der „gutbürgerlichen“ Haushalte der österreich-ungarischen Monarchie.

Lange Zeit wurde diskutiert, ob nun gekocht oder gebraten die beste Zubereitungsart für Rindfleisch ist. Gebratenes Rindfleisch wurde zunächst als bedeutsamer bezeichnet, da es dieses ja schon vor der Erfindung des Kochtopfes gegeben hat. Weiters war man der Meinung, dass durch das Kochen viel vom Inhalt des Fleisches verloren gehen würde. In Österreich ließ man sich jedoch von dieser Kritik nicht beeinflussen und kochte das Rindfleisch. Dies führte zu dem Aufbau einer eigenen einzigartigen Rindfleischkultur.

„Wer nicht über mindestens ein Dutzend Stücke von gekochtem Rindfleisch sachkundig sprechen konnte“, schrieb Joseph Wechsberg, Gourmet-Philosoph, „gehörte in Wien nicht dazu, gleichgültig, wie viel Geld er verdiente oder ob der Kaiser ihm den Titel eines Hofrats oder Kommerzialrats verliehen hatte“. Weiters meinte er: „Gekochtes Rindfleisch ist die Seele der Wiener Küche“.

Aus all dem entstand von Wien aus in ganz Österreich eine Gasthaustradition, in welcher man verschiedenerorts mehr als 24 unterschiedliche Rindfleischgerichte serviert bekam. Jedoch nicht nur das Angebot war und ist groß, sondern auch das Engagement, mit dem zahlreiche österreichische Gastronomen die österreichische Rindfleischkultur zelebrieren, ist einzigartig.





Das Bio-Fleisch von Ja! Natürlich schmeckt einfach besser

Gerade bei Fleisch sind Herkunft, Tierhaltung, Fütterung und Verarbeitung ganz entscheidend

Daher ist Bio-Fleisch besonders empfehlenswert! Das Prinzip der biologischen Landwirtschaft lautet: „Aktive Kreislaufwirtschaft im Einklang mit der Natur!“ Tiere sind ein wesentlicher Bestandteil des landwirtschaftlichen Kreislaufes am Bio-Bauernhof.

Garantiert österreichische Herkunft

Das Fleisch der Ja! Natürlich Jungrinder stammt von kontrolliert biologischen Landwirtschaften aus der Steiermark, Tirol, Niederösterreich, Salzburg, Kärnten und Oberösterreich und vereint alle Vorzüge von klassischem Rindfleisch. Bester Beweis für die gesunde Ernährung der Tiere ist der besonders zarte Geschmack des hellroten, feinfasrigen Fleisches.



Garantiert artgerechte Tierhaltung

Die Ja! Natürlich Jungrinder wachsen tiergerecht beim Muttertier auf. Sie leben ganz natürlich im Herdenverband. Pro Hektar Hofgröße sind nur ca. 2 Rinder erlaubt. Ein Bio-Bauer hat im Durchschnitt 10 bis 15 Tiere und somit ist eine intensive Betreuung und Zuwendung gegeben. An mindestens 200 Tagen (laut Gesetz 180 Tage) im Jahr haben die Tiere Weidengang/Auslauf.

Garantiert biologisches Futter

Neben der Muttermilch nehmen sie saftige Gräser und Kräuter, Heu und biologisches Getreide zu sich. Es gibt garantiert keine chemischen Futterzusätze, keine Tiermehlfütterung, keine Leistungsförderer und keine vorbeugende Fütterung von Medikalfutter (wie z. B. Antibiotika)!

Garantiert kontrolliert

Alle Ja! Natürlich Produkte werden regelmäßig durch unabhängige, staatlich autorisierte Prüfstellen kontrolliert. Darüber hinaus garantieren strengste Ja! Natürlich Kriterien beste Qualität und Nachvollziehbarkeit von der Weide bis zum Einkaufskorb. Die Kriterien sind strenger als vom Gesetz vorgeschrieben und gelten für alle Ja! Natürlich Bio-Bauern, Verarbeiter und Verpacker.





Partner, auf die man sich verlassen kann

Bio-Jungrindfleisch von **Ja! Natürlich** stammt aus Oberösterreich, der Steiermark, Tirol, Niederösterreich, Kärnten und dem Nationalpark Hohe Tauern in Salzburg. Andrea und Martin Riederer, Bio-Bauern aus Jochberg (Nationalpark Hohe Tauern), verbindet mit **Ja! Natürlich** eine lange Partnerschaft. Auf dem Hof der Familie Riederer lebt eine Herde Jungrinder, die liebevoll betreut wird.

Martin Riederer: „Ab Anfang Juni sind die Tiere bis in den Herbst hinein auf der Alm. Dort weiden sie und suchen sich die saftigen und aromatischen Kräuter des Nationalparks. Im Winter bekommen die Rinder zum Heu auch noch Bio-Getreide zugefüttert.“

Dass Biobauern besonders streng kontrolliert werden, stört Familie Riederer nicht. „Das ist für uns keine Schikane, sondern eine bewusste Absicherung. Wir werden ja oft kontrolliert – unsere Aufzeichnungen, der Tierbestand, die Flächen, die Milch, auch die Alm.“

Transparenz vom Bio-Bauern bis in den Einkaufskorb

Der Name der **Ja! Natürlich** Bio-Bauern findet sich auf jeder Fleischtasche. Das Fleisch kann vom Supermarkt über den Fleischhauer bis zum Bauern zurückverfolgt werden.

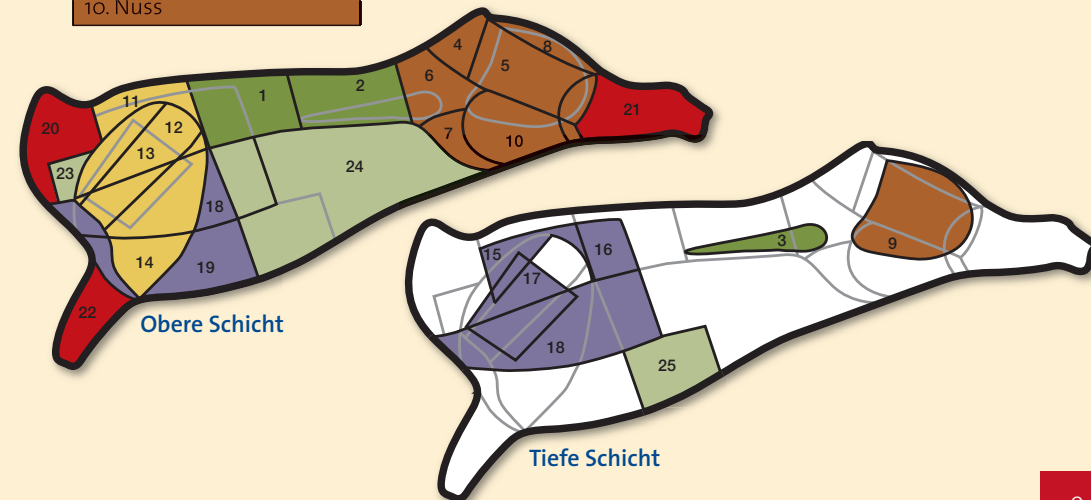
Teilkunde

Das Jungrind bietet eine Vielzahl an Teilstücken, die sich für die verschiedensten Zubereitungsarten eignen. Der Tafelspitz stellt den Klassiker unter dem gekochten Rindfleisch dar, jedoch andere Teilstücke wie Schulterschmelze oder Kavalierspitz eignen sich ebenfalls hervorragend zum Kochen.

ENGLISCHER
1. Rostbraten
2. Beiried
3. Lungenbraten
GUSTOSTÜCKE VOM KNÖPFEL
4. Tafelspitz
5. Tafelstück
6. Hüferscherzel
7. Hüferschwanzel
8. Weißes Scherzel
9. Schale
10. Nuss

GUSTOSTÜCKE VOM VORDERVIERTEL
11. Hinteres Ausgelöstes
12. Schulterschmelze
13. Mageres Meisel
14. Dicke Schulter
HINTERES
15. Kruspelspitz
16. Rieddeckel
17. Kavalierspitz
18. Dicker Spitz
19. Brustkern

GULASCHFLEISCH
20. Hals
21. Hinterer Wadschinken und Wadstutzen
22. Vorderer Wadschinken und Bugscherzel
VORDERES
23. Fettiges Meisel
24. Platte
25. Mittleres- und Dünnes Kügerl



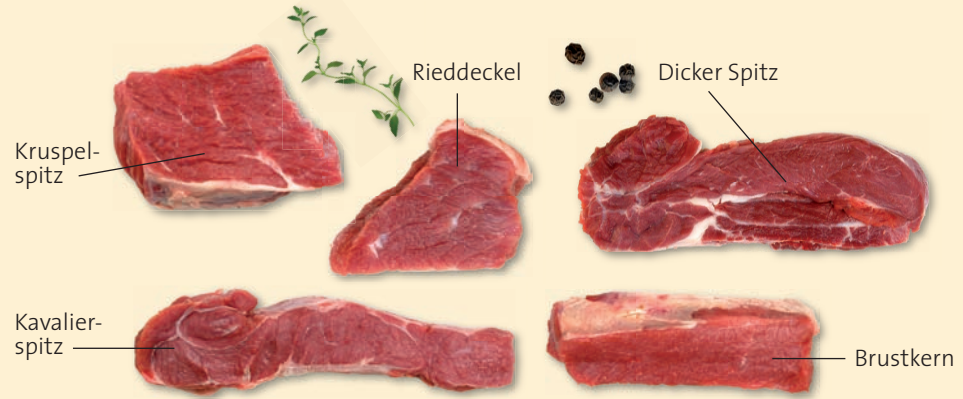
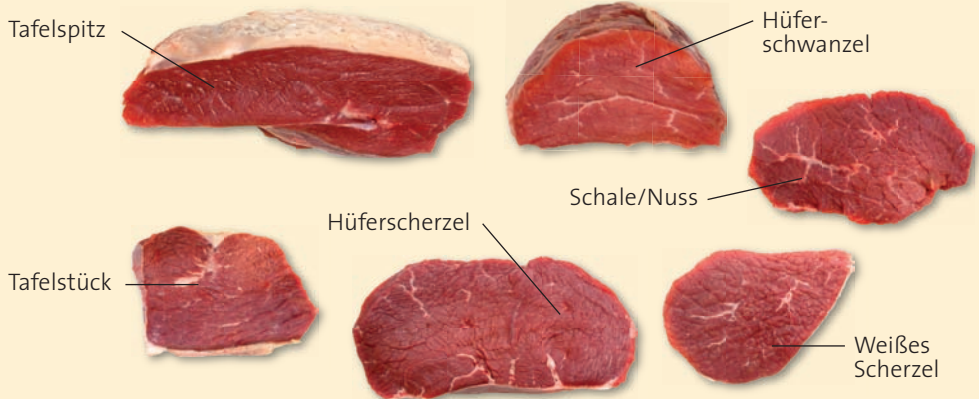


ENGLISCHER

Rostbraten			✓	✓	✓	Lungenbraten		✓		✓	✓
Beiried			✓	✓	✓						

GUSTOSTÜCKE VOM VORDERTEIL

Hinteres Ausgelöstes	✓		✓	✓		Mageres Meisel	✓	✓	✓	✓	
Schulterschmelze	✓	✓	✓			Dicke Schulter	✓	✓	✓		



GUSTOSTÜCKE VOM KNÖPFEL

Tafelspitz	✓		✓			Weißes Scherzel	✓				
Tafelstück	✓		✓			Schale			✓	✓	
Hüferscherzel	✓		✓	✓	✓	Nuss			✓	✓	✓
Hüferschwanzel	✓	✓	✓								

HINTERES

Krupelspitz	✓					Dicker Spitz	✓				
Rieddeckel	✓					Brustkern	✓				
Kavalierspitz	✓										

KOCHEN
DÜNSTEN
BRAUNDÜNSTEN
BRATEN
KURZ BRATEN



Wie Sie Teile des Ja! Natürlich-Jungrindes am besten zubereiten

- **Gute Suppe:** Wenn man eine kräftige Suppe haben möchte, ist es wichtig, das Fleisch ins kalte Wasser zu geben und danach zu erwärmen. Dadurch bleiben die Poren offen und die Suppe bekommt einen intensiv aromatischen Geschmack.
- **Gutes Fleisch:** Um ein saftiges und geschmackvolles Fleisch zu bekommen, sollte man das Fleisch ins kochende Wasser geben, damit sich die Poren gleich schließen und der Geschmack im Fleisch bleibt.
- Fleisch immer quer zur Faser schneiden, Fettränder nicht wegschneiden, sondern in regelmäßigen Abständen einkerben (sie geben den unverwechselbaren Geschmack).
- Jungrindsteaks nicht klopfen, sondern nur mit dem Handballen auseinanderdrücken.
- Plattieren Sie die Schnitzel möglichst vorsichtig und gleichmäßig nur mit glatten Gegenständen (Pfannenboden, Breitseite eines großen Messers etc.). Mit einem profilierten Fleischklopfen werden die Fleischfasern zerstört. In der Folge kann das Fleisch aufgrund einer starken Aussaftung beim Zubereiten trocken werden.
- Besonders magere Fleischstücke umwickelt oder spickt man mit Speck, so bleiben sie saftig.

Tipp! Das Fleisch sollte vorher nicht gesalzen werden, da es sonst die Saftigkeit verliert.

GULASCHFLEISCH										
Hals		✓	✓			Vorderer Wadschinken und Bugscherzel		✓	✓	
Hinterer Wadschinken und Wadstutzen		✓	✓							



VORDERES										
Fettes Meisel		✓				Mittleres- und Dünnes Kügerl		✓		
Platte		✓								



Zutaten für 4 Personen

- ca. 1 kg Rindsknochen, blanchiert
- ca. 500 g Suppenfleisch
- 1 Zwiebel, halbiert und samt Schale angebraten
- 1 Lauchstange
- 1 Karotten, geschält
- 1 Petersilwurzel, geschält
- 1 gelbe Rübe, geschält
- 1 kleines Stück Sellerieknolle
- 2 halbierte Knoblauchzehen
- 5 weiße Pfefferkörner
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Thymianzweig
- 1 Liebstöcklzweig
- Salz, Muskatnuss
- 1 EL Schnittlauch, fein geschnitten
- Zutaten für die Grießnockerl
- 1 Ei
- 1 Ei schwer Butter
- doppelt Ei schwer Grieß
- Salz, Muskatnuss

Rindsuppe mit Grießnockerl und Gemüse

Die Knochen in einem Topf mit kaltem Wasser bedecken, langsam aufkochen, abschäumen, das Fleisch beifügen. Zwiebeln, Knoblauch und Aromaten beifügen. Ca. 2 Stunden leicht köcheln (ziehen lassen!). Nach etwa 1 Stunde das Fleisch aus der Suppe nehmen. Die letzten 20 Minuten das Gemüse mitkochen. Das Gemüse herausnehmen und in Scheiben schneiden. Die Suppe mit Salz und Muskat abschmecken und durch ein feines Tuch oder Sieb abseihen.

Grießnockerl: Butter mit Gewürzen schaumig rühren. Das Ei nach und nach einrühren. Den Grieß unterheben und die Masse ca. 30 Minuten quellen lassen. Mit zwei Löffeln Nockerln formen und im kochendem Salzwasser ca. 10 Minuten ziehen lassen.

Das Fleisch in dünne Scheiben schneiden und mit dem Wurzelwerk auf die Suppenteller verteilen. Das Grießnockerl drauflegen, mit Suppe auffüllen und mit Schnittlauch bestreuen.

Tafelspitzsülzchen mit roten Zwiebeln und Kernöl

Die Gelatine in der leicht erwärmten Rindsuppe auflösen, kurz überkühlen lassen.

Den Tafelspitz in kleinere Stücke schneiden und abwechselnd schichtweise mit dem Gemüse in die Förmchen füllen. Mit dem Gelee auffüllen und im Kühlschrank mindestens 3 Stunden gut kühlen. Sülzchen aus der Form stürzen und die Klarsichtfolie entfernen. Anrichten und mit Cocktailparadeisern und Kräutern garnieren. Eventuell mit etwas weißem Balsamico besprühen.

Mit Kernöl beträufeln.

Zutaten für 4 Personen

- ca. 400 g Tafelspitz, gekocht, in dünne Scheiben geschnitten
- 500 ml Rindsuppe, abgeschmeckt
- 4-5 Blatt Gelatine, eingeweicht und ausgedrückt
- 1 Lauchstange, geputzt in Scheiben geschnitten und blanchiert
- 2 Karotten, geschält, in Scheiben geschnitten und blanchiert
- 1 Petersilwurzel, geschält, in Scheiben geschnitten und blanchiert
- 1 gelbe Rübe, geschält, in Scheiben geschnitten und blanchiert
- einige Portionsförmchen, mit Klarsichtfolie ausgelegt
- 1 rote Zwiebel, fein geschnitten
- einige Cocktailparadeiser
- einige frische Kräuter
- etwas Kürbiskernöl



Zutaten für 4 Personen

ca. 500 g Roastbeef
(bereits gekocht und erkalte in dünne Scheiben geschnitten)
250 g Gervais

2 EL Sauerrahm
Salz, Pfeffer, Spritzer Zitronensaft
1 EL Kräuter, gehackt (Petersilie, Kerbel, Estragon, ...)
1 EL frisch gerissener Kren

Für die Garnitur:
einige Cocktailparadeiser
 Olivenöl
frisch gerissener Kren
einige Basilikumzweige

Roastbeefröllchen mit Krenservais

Alle Zutaten gut verrühren, abschmecken und in einen Dressiersack füllen.

Die Roastbeefscheiben auflegen, die Fülle aufdressieren – anrichten.

Mit Cocktailparadeisern, Olivenöl, Kren und Basilikum garnieren. Baguette dazu servieren.



Backofenfrisches *Ja! Natürlich* Baguette passt herrlich dazu.

Wurzelbeuschel mit Gulaschsaft

In Butter Zwiebel und Knoblauch kurz anrösten, mit Mehl stauben und langsam zu einer hellbraunen Einbrenn rösten. Das Beuschelgewürz und Lorbeerblatt dazugeben und kurz mitrösten, mit Weißwein ablöschen, mit Beuschel (oder Gemüsefond) auffüllen und ca. 20 Minuten leicht köcheln lassen. Die Soße über das geschnittene Beuschel gießen und einmal aufkochen. Eventuell mit etwas Senf und Zitronensaft abschmecken. Das Lorbeerblatt entfernen, die Hälfte der Wurzeln untermischen.

Das Beuschel in Suppentellern anrichten, mit dem Gulaschsaft beträufeln und mit den restlichen Wurzeln und der Petersilie garnieren.

Dazu passen Semmel- oder Grießknödel.

Zutaten für 4 Personen

1 kg Beuschel, gewässert, geputzt, gekocht und in Streifen geschnitten
3 EL Almbutter
2 Zwiebeln, fein geschnitten
2 Knoblauchzehen, gehackt
ca. 4 EL glattes Mehl
ca. 2 EL Beuschelgewürz (Zitronenschale, Kapern, Sardellenfilets, Thymian, Essiggurkerl und Majoran fein gehackt)
1 Lorbeerblatt
1 Spritzer Weißweinessig
250 ml Weißwein
500 ml Beuschelfond (vom Beuschelkochen) oder Gemüsefond
Saft einer halben Zitrone
1 TL scharfer Senf
1 Karotte
1 gelbe Rübe
1 kleine Sellerieknolle, geputzt und in Streifen geschnitten – kurz in Salzwasser blanchiert
125 ml Gulaschsaft
 Petersilie zur Garnitur



Zutaten für 4 Personen

ca. 1 kg Schulterschmelz im Ganzen

- 1 Zwiebeln, mit der Schale halbiert und angebraten
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Karotten, geschält
- 1 Petersilwurzel, geschält
- 1 gelbe Rübe, geschält
- 2 Stangensellerie, geputzt
- 1/2 Lauchstange, geputzt
- 1 Thymianzweig
- Salz, 6 Pfefferkörner, 2 Nelken
- 1 Lorbeerblatt, 2-3 L Wasser
- 1 EL Schnittlauch, fein geschnitten
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Für das Gemüse:

- 2 Karotten, geschält
- 1 gelbe Rübe, geschält
- 2-3 Sellerieknollen, geputzt
- 1 Hand voll Erbsen
- einige kleine, gekochte, junge rote Rüben
- 1/2 Lauchstange, geputzt

Alles in Scheiben schneiden und kurz blanchieren.

Gekochtes Schulterschmelz mit jungem Gemüse

Wasser aufkochen und das Schulterschmelz samt den Aromaten und dem Gemüse dazugeben und ca. 60-90 Minuten langsam köcheln lassen. Das Fleisch herausnehmen.

Die Suppe mit Salz und Muskatnuss abschmecken – abseihen. Das junge Gemüse in etwas Suppe erwärmen. Das Fleisch in fingerdicke Scheiben schneiden. Mit Gemüse belegen und mit etwas Suppe begießen. Mit fein geschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Dazu passen klassische Beilagen (Spinatrösti, Apfelkren, etc.).



Dazu passen hervorragend die klassischen Beilagen wie Spinat, Kartoffelrösti und Apfelkren.

Gefüllte Zucchini mit kleinem Salat

Das ausgehöhlte Zucchiniflesh grob hacken, in etwas Olivenöl anrösten, salzen und pfeffern – kurz überkühlen lassen. Mit den Paradeiserwürfeln unter das Faschierte mischen. Diese Masse in die ausgehöhlten Zucchini füllen.

Eine Auflaufform mit Olivenöl bestreichen und die Zucchinihälften einschichten. Mit Thymianzweigen belegen, mit Olivenöl beträufeln und im Rohr bei etwa 190°C ca. 30-35 Minuten braten.

Den Salat mit beliebigem Dressing marinieren. Die Zucchini mit dem Blattsalat anrichten und mit den Cocktailparadeisern garnieren.

Zutaten für 4 Personen

Fülle:

- ca. 500 g Rindfaschiertes
 - 1 Semmel, in Wasser eingeweicht, ausgedrückt
 - Salz, Pfeffer, Majoran
 - 1 TL Thymian, gehackt
 - 1 TL scharfer Senf
 - 2 Eier
- Alle Zutaten rasch zu einer kompakten Masse verrühren und abschmecken.

Weitere Zutaten:

- 4 Zucchini (grün oder gelb) der Länge nach halbiert und ausgehöhlt
- 2 Paradeiser, geschält, entkernt und in Würfel geschnitten
- 4 EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer
- einige Thymianzweige
- 1 Hand voll Blattsalat
- 3 EL beliebiges Dressing
- einige Cocktailparadeiser

Alles in Scheiben schneiden und kurz blanchieren.



Zutaten für 4 Personen

- ca. 800 g Hüferschwanzel im Ganzen
- 2 Zwiebeln, geschält und in größere Stücke geschnitten
- 3 Knoblauchzehen, geschält und grob geschnitten
- 3 EL Steinpilze, getrocknet, in Wasser eingeweicht
- 2 Thymianzweige
- 2 EL Rohrohrzucker
- 100 ml Balsamicoessig
- 250 ml Roter Portwein
- 250 ml Rotwein
- 250 ml Bratensaft
- 3 EL Sonnenblumenöl
- Salz und Pfeffer
- 1 Hand voll Steinpilze, geputzt und in größere Stücke geschnitten
- 1 Hand voll kleine Eierschwammerl, geputzt und gewaschen
- 2 Schalotten, geschält, klein geschnitten
- 1 EL Petersilie, gehackt
- 2 EL Olivenöl

Geschmortes Hüferschwanzel mit Schwammerl

Hüferschwanzel salzen und pfeffern. Den Zucker mit Öl in einem Topf karamellisieren. Zwiebel und Knoblauch beifügen, Hüferschwanzel dazugeben und beidseitig etwas anschmoren lassen. Die Steinpilze samt dem Einweichwasser beifügen. Mit Balsamico, Rotwein und Portwein ablöschen. Thymianzweige dazu – kurz einreduzieren lassen, mit Bratensaft auffüllen und zugedeckt langsam im Rohr bei ca. 190°C (etwa 50-60 Minuten) weich schmoren.

Fleisch herausnehmen, die Soße etwas einkochen lassen – abschmecken und passieren.

Die Pilze in Olivenöl anrösten, Schalotten dazugeben und kurz mitrösten. Mit Salz, Pfeffer und Petersilie abschmecken.

Hüferschwanzel aufschneiden und mit der Soße übergießen. Mit den Schwammerln garnieren. Eventuell Markknöderl als Beilage servieren.

Rinderragout in Senf-Speck-Soße

Fleisch salzen, pfeffern und in einem Topf scharf anbraten. Speck, Zwiebel und Wurzelwerk beifügen, kurz mitrösten, mit Rotwein ablöschen, kurz reduzieren lassen, mit Bratensaft auffüllen und zugedeckt weich dünsten.

Das Fleisch herausnehmen. Die Soße mit der Sauerrahmischung binden, kurz einkochen und passieren.

Anrichten, mit dünnen Speckscheiben garnieren.

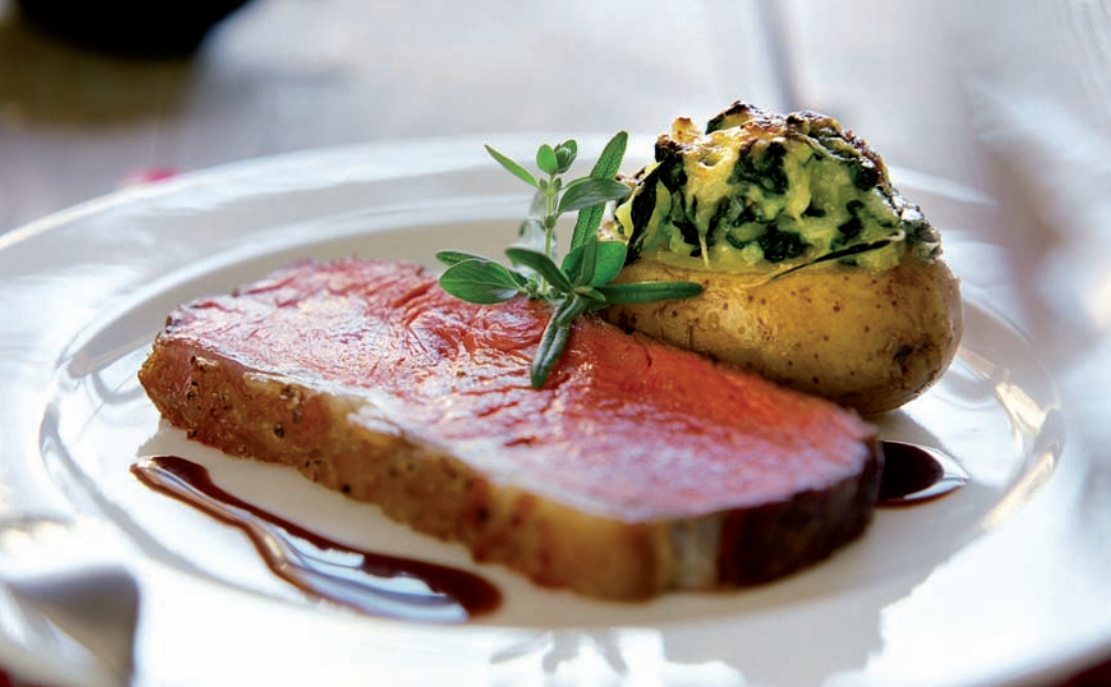
Eventuell mit einem Krautstrudel servieren.



Zu dem Rindergulasch kann man klassisch Gebäck oder einen Krautstrudel reichen.

Zutaten für 4 Personen

- ca. 800 g Gulaschfleisch, in nicht zu große Würfel geschnitten
- Salz und Pfeffer
- 3 Zwiebeln, in Stücke geschnitten
- ca. 100 g Speck, in Würfel geschnitten
- 3 EL Sonnenblumenöl
- 500 ml Rotwein
- 250 ml Bratensaft
- 250 ml Roter Portwein
- 1 Zweig Liebstöckel
- 1 Karotte, geschält und in Stücke geschnitten
- 1 gelbe Rübe, geschält und in Stücke geschnitten
- 1 Petersilwurzel, geschält und in Stücke geschnitten
- 4 EL Sauerrahm
- mit 2 EL scharfem Senf und 1 EL glattem Mehl glatt rühren
- Für die Garnitur: einige dünn aufgeschnittene Speckscheiben



Zutaten für 4 Personen

ca. 1 kg Beiried, zugeputzt
 Salz und Pfeffer
 3 EL Olivenöl
 250 ml Roter Portwein,
 auf ca. die Hälfte einreduziert
 250 ml Bratensaft
 1 TL Almbutter

Für die Spinaterdäpfel:

4 Erdäpfel, in der Schale
 gekocht (nicht zu weich!)
 2 Hand voll Spinat in
 1 EL brauner Almbutter kurz
 abgeschwitzt
 1 Knoblauchzehe, gehackt
 Salz, Pfeffer, Prise Muskatnuss
 2 EL Emmentaler, gerieben
 1 Ei

Roastbeef mit gefüllten Spinaterdäpfeln

Beiried salzen, pfeffern, in Olivenöl beidseitig scharf anbraten und bei etwa 180°C im Backrohr ca. 50 Minuten braten. Herausnehmen, in Alufolie wickeln und an einem warmen Ort ca. 30 Minuten rasten lassen.

Bratensaft mit Portwein mischen – kurz aufkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit der kalten Butter binden.

Von den Erdäpfeln den Deckel abschneiden und mit einem Kaffeelöffel aushöhlen. Das Innere der Erdäpfel grob hacken – mit Spinat, Ei und 2/3 vom Käse vermischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Die Masse in die Erdäpfel füllen, mit dem restlichen Käse bestreuen und im Rohr bei ca. 200°C etwa 10 Minuten backen.

Roastbeef in nicht zu dünne Scheiben schneiden – anrichten. Mit der Portweinsoße umgießen und mit den Erdäpfeln anrichten. Mit frischen Kräutern garnieren.

Rinderfilet mit gefülltem Markknochen

Das Steak in der Mitte einschneiden und den geputzten Markknochen einsetzen. Salzen und pfeffern. In Olivenöl medium braten – kurz rasten lassen.

Das Knochenmark auf einer Küchenrolle gut abtropfen lassen und in Würfel schneiden. In einer beschichteten Pfanne Olivenöl erhitzen und die Briochewürfel kurz rösten, die Markwürfel beifügen – kurz braten. Mit Salz, Pfeffer und frischen Kräutern abschmecken.

Das Steak anrichten und die Brioche-Mark-Masse in den Knochen füllen. Mit der Portweinsoße beträufeln und mit frischen Kräutern garnieren. Eventuell junges Gemüse dazu servieren.

Zutaten für 4 Personen

4 Rinderfilets, à ca. 160 g
 3 EL Olivenöl
 4 Markknochen, das Mark
 auslösen und über Nacht wässern
 Die Markknochen ca. 1 Stunde lang
 auskochen und putzen.
 2 Toastscheiben, entrinde und
 in Würfel geschnitten
 Salz und Pfeffer
 1 EL Kräuter, gehackt
 8 EL fertige Portweinsoße
 frische Kräuter zum Garnieren



Markknochen sind normalerweise nicht überall erhältlich. Selbstverständlich erhalten Sie diese in Ihrem MERKUR Markt.



Zutaten für 4 Personen

- 1 kleiner 🍷 Tafelspitz
- 2 kleine 🍷 Schalotten samt Schale, halbiert und in einer Pfanne angeröstet
- 2 geschälte 🍷 Karotten
- 2 geschälte gelbe Rüben
- 2 geschälte 🍷 Petersilwurzeln
- 1 kleine geschälte 🍷 Sellerieknolle
- 1 kleine 🍷 Lauchstange, geputzt
- 2 Lorbeerblätter
- 1 🍷 Thymianzweig
- 6 weiße Pfefferkörner
- 3 🍷 Knoblauchzehen, halbiert
- 1 Zweig Liebstöckel
- Salz, Muskatnuss
- 8 rohe, speckige 🍷 Erdäpfel, geschält und in größere Würfel geschnitten
- 1 EL 🍷 Schnittlauch, fein geschnitten

Gekochter Tafelspitz mit Bouillon-Erdäpfel

In einem Topf ca. 4 Liter Wasser aufkochen, den Tafelspitz einlegen und langsam etwa 1 Stunde leicht köcheln lassen. Die Suppe öfters abschöpfen. Das Gemüse und die Aromaten beifügen und je nach Größe des Tafelspitzes etwa 45-50 Minuten weiter köcheln lassen. Den Tafelspitz und das Wurzelgemüse aus der Suppe heben, mit Salz und Muskatnuss abschmecken und durch ein feines Tuch abseihen. Die geschnittenen Erdäpfel in etwas Bouillon weich kochen. Das Wurzelgemüse in Scheiben schneiden, den Tafelspitz tranchieren und alles in einem Suppenteller mit den Bouillon-Erdäpfel dekorativ anrichten. Mit Schnittlauch bestreuen. Klassische Tafelspitzbeilagen extra dazu servieren.



Statt Tafelspitz kann auch Schulterscherzel, Hüferschwanzel, Beinflisch, Kavalierspitz und Dicker Spitz verwendet werden.

Apfelkren

Wein, Wasser, Zitronensaft und Zucker aufkochen – die Äpfel dazugeben, und zugedeckt langsam weich dünsten – abseihen und mit einem Stabmixer gut verrühren. Mit Salz und eventuell Zitronensaft abschmecken. Den frisch gerissenen Kren unterrühren.



Zutaten für 4 Personen

- 3 🍷 Äpfel (z. B.: Jona Gold oder Golden Delicious), geschält, geviertelt, entkernt
- 125 ml 🍷 Riesling
- 125 ml Wasser
- Saft einer halben 🍷 Zitrone
- Prise 🍷 Rohrohrzucker
- Salz
- 1 EL frisch gerissener Kren

Semmelkren

Semmeln in einen Topf geben und die heiße Rindsuppe unter ständigem Rühren nach und nach beifügen. Mit einem Schneebesen gut verrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Den Kren einrühren und eventuell das Obers vorsichtig unterheben.



Zutaten für 4 Personen

- 4 einen Tag alte 🍷 Semmeln, in kleinere Würfel geschnitten
- ca. 250 ml abgeschmeckte, kräftige Rindsuppe
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss
- ev. 1 EL geschlagenes 🍷 Obers
- 2 EL frisch gerissener Kren

Schnittlauchsoße

Toastbrot, Milch, Dotter und Gewürze gut mixen. Langsam nach und nach das Pflanzenöl einrühren und zu einer soßigen Konsistenz mixen – abschmecken, anrichten und mit Schnittlauch bestreuen.



Zutaten für 4 Personen

- 3 entrindete Scheiben 🍷 Toastbrot, in kleine Stücke geschnitten
- ca. 1 1/16 l 🍷 Milch
- 2 🍷 Dotter
- Salz, Pfeffer, Spritzer Worcester Soße, Spritzer Weißweinessig
- ca. 1/4 l 🍷 Pflanzenöl
- 2 EL 🍷 Schnittlauch, fein geschnitten

Cremespinat

Aus Butter und Mehl eine helle Einbrenn herstellen – mit Rindsuppe aufgießen – glatt rühren und langsam ca. 20 Minuten köcheln lassen. Den Spinat dazugeben und gut mixen, mit Knoblauch und den Gewürzen abschmecken. Das geschlagene Obers zum Schluss unterheben.



Zutaten für 4 Personen

- ca. 1 kg geputzter, gewaschener 🍷 Blattspinat, blanchiert, gut ausgedrückt
- 1 EL 🍷 Butter
- 2 EL 🍷 glattes Mehl
- ca. 1/4 l abgeschmeckte Rindsuppe
- 1 🍷 Knoblauchzehe, gehackt
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss
- 2 EL geschlagenes 🍷 Obers



Zutaten für 4 Personen

4 🍴 Jungrindsschnitzel (à 200 g)
 50 g Estragonsenf
 50 g 🍴 Karotten
 80 g gelbe Rüben
 50 g 🍴 Speck
 4 EL Essiggurken
 100 g 🍴 Sonnenblumenöl
 🍴 Zwiebeln, würfelig
 geschnitten
 1/2 l Rindssuppe
 20 g 🍴 Mehl, glatt
 1/2 Becher 🍴 Sauerrahm (100 ml)
 Salz, Pfeffer aus der Mühle

Rindsrouladen

Backrohr auf 180°C vorheizen. Die Rindsschnitzel klopfen, pfeffern und ganz dünn mit Senf bestreichen. Karotten und Rüben schälen und ebenso wie die Gurken in etwa vier Millimeter dicke Streifen schneiden. Den Speck mit dem Gemüse auf die Rindsschnitzel legen, einrollen und mit einem Spagat (ersatzweise Zahnstocher) fixieren. In einer Pfanne Öl erhitzen und die Rouladen kurz von allen Seiten anbraten. Innen sollten sie jedoch rosa bleiben.

Die Rouladen zur Seite legen, um die entstandenen Braterückstände für die Soße zu nützen. Dazu die feingeschnittenen Zwiebeln in der Pfanne anrösten und, sobald

sie Farbe nehmen, mit Mehl stauben, also das Mehl über die Zwiebeln streuen und kurz mitrösten. Sobald es Farbe annimmt, mit etwas Suppe aufgießen und kräftig rühren, damit keine Mehlklümpchen entstehen. Einmal aufkochen lassen, die Rindsrouladen wieder begeben und zugedeckt bei mittlerer Hitze 30-40 Minuten im Rohr dünsten lassen. Sauerrahm glatt rühren, gegen Ende der Garzeit unterrühren und mit Senf, Salz und Pfeffer abschmecken.

Rouladen vom Spagat befreien und mit Erdäpfelpüree oder Teigwaren servieren.



Zwiebelrostbraten vom Jungrind

Servierteller ins Rohr geben und auf 75°C vorheizen. Die Rostbraten in Klarsichtfolie vorsichtig klopfen und den Fettrand leicht einschneiden, damit sich die an den Rändern verbleibenden Sehnen während des Bratens nicht aufdrehen können. Salzen und pfeffern und mit einer Seite ins Mehl tauchen.

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Rostbraten mit der bemehlten Seite nach unten ins Fett legen. Auf beiden Seiten kurz anbraten – innen sollten sie jedoch rosa bleiben – und im Rohr warm stellen. In dieser Pfanne die Butter aufschäumen lassen, mit Mehl bestreuen, mit etwas kalter Suppe aufgießen, dabei kräftig rühren, damit keine Mehlklümpchen entstehen, und zu einem leicht sämigen Saft einkochen und abschmecken.

Die Zwiebeln in dünne Scheiben schneiden und in einer zweiten beschichteten Pfanne in etwas Öl scharf goldgelb anbraten.

Den Saft über den mit Zwiebelringen garnierten Rostbraten geben und mit Braterdäpfeln oder Erdäpfelpüree servieren.

Zutaten für 4 Personen

4 🍴 Rostbraten (je 120 g)
 2 EL 🍴 Sonnenblumenöl
 2 EL 🍴 Butter
 2 🍴 Zwiebeln (200 g)
 1 TL 🍴 Mehl
 Salz, Pfeffer aus der Mühle
 etwas Fleischsuppe



*Für weitere Informationen, Fragen oder Anregungen
stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung.*

Ja! Natürlich Servicetelefon:
02236 / 600-6950
www.janaturlich.at

Exklusiv bei

MERKUR