



Hohrückenbraten vom Kuhfleisch an Rotwein-Zwiebelsauce

Kuhfleisch schmeckt deutlich intensiver als Rindfleisch und braucht gar nicht viel Gewürz, so lauten jedenfalls einschlägige Empfehlungen. Bei der Zubereitung des Kuh-Hohrückensteaks habe ich diesen Ratschlag befolgt (siehe da). Den Hohrückenbraten habe ich aber trotzdem in einer kräftigen Rotweinmarinade für 2 Tage eingelegt und daraus eine kräftige Sauce mit viel Zwiebel, etwas Passata di pomodoro und wenig Couverture zubereitet. Die Couverture macht die Sauce keineswegs schokoladig, sondern trägt zu einem feinen und vielschichtigen Hintergrundgeschmack der Sauce bei.

Gegart habe ich den Kuh-Hohrücken gleich wie sein Pendant vom Rind. Das hat funktioniert. Bei einer Kerntemperatur von 68° war das Fleisch zwar etwas fester im Biss, aber keineswegs zäh. Dazu sehr saftig und von unvergleichlich kräftigem Geschmack, der sehr gut mit der deftigen Rotweinsauce harmonierte. Das aufgeschnittene Fleisch zeigte eine satte, dunkelrote Farbe, die aber nicht vom Blut stammte (der Fleischsaft war hell und klar), sondern das ist typisch für das Fleisch von älteren Tieren.

<i>Was für Rindfleisch gilt, gilt ganz besonders für Kuhfleisch: Es muss gut gereift sein. Beim Kauf (bei [das Pure](https://www.daspure.ch/) in Wetzikon) lagerte es bereits drei Wochen. Zwei weitere Wochen reifte es in meinem Kühlschrank (vakuumverpackt). Drückt man gut gelagertes Fleisch mit dem Finger ein, so federt das Fleisch nicht zurück, sondern die Delle bleibt einfach bestehen.</i>

Zutaten

600g Hohrücken von der Kuh

Marinade:

2dl kräftiger Rotwein

(z.B. Barbera, Montepulciano)

1Tl	Korianderkörner
1Tl	schwarze Pfefferkörner
3-4	Lorbeerblätter
5-6	Nelken
1El	Rohrzucker

Sauce:

1	grosse Zwiebel
3El	Passata di pomodoro
2dl	Rindsbouillon
1El	Couverture
	abgesiebte Marinade
10g	kalte Butter
10g	Mehl

Zubereitung

Marinade: Gewürze und Zucker zum Rotwein geben, Zusammen aufkochen und 5 Minuten leicht köcheln lassen. Herdplatte ausschalten und die Marinade auf der Herdplatte langsam auskühlen lassen.

Hohrücken in einen Marinierbeutel geben und die Marinade dazugiessen. Luft aus dem Beutel drücken und den Beutel dicht verschliessen. Für 2 Tage im Kühlschrank ziehen lassen.

Hohrücken 2 Stunden vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen. Marinade mit den Gewürzen abgiessen und auffangen. Hohrücken von den Gewürzresten befreien und mit Küchenpapier trockentupfen. Ringsum leicht salzen.

Ofen auf 90° vorheizen.

Hohrücken in nicht zu knapp Bratbutter ringsum kurz und scharf anbraten. In ein Bratgeschirr geben und in den Ofen schieben. Herdplatte ausschalten. Der Hohrücken garte 2 1/2 Stunden bis er die gewünschte Kerntemperatur von 68° erreicht hatte.

Marinade in die Bratpfanne giessen, etwas umrühren, damit der Bratsatz aufgelöst wird und kurz aufkochen lassen. Damit fällt das Eiweiss aus und bildet einen festen Schaum. Marinade durch ein Sieb abgiessen und beiseite stellen.

Etwa 1 Stunde bevor der Hohrücken gar ist, mit der Zubereitung der Sauce beginnen:

Zwiebel längs zur Schale halbieren und ebenfalls längs zur Schale in schmale Streifen schneiden. In Bratbutter dünsten bis sie eine leicht bräunliche Farbe annehmen.

Passata zugeben, 2-3 Minuten leicht köcheln lassen, dabei häufig verrühren.

Abgesiebte Marinade und Rindsbouillon zugeben, aufkochen lassen und die Couverture zugeben. 3/4 Stunden leicht köcheln lassen, allenfalls etwas Wasser nachgiessen.

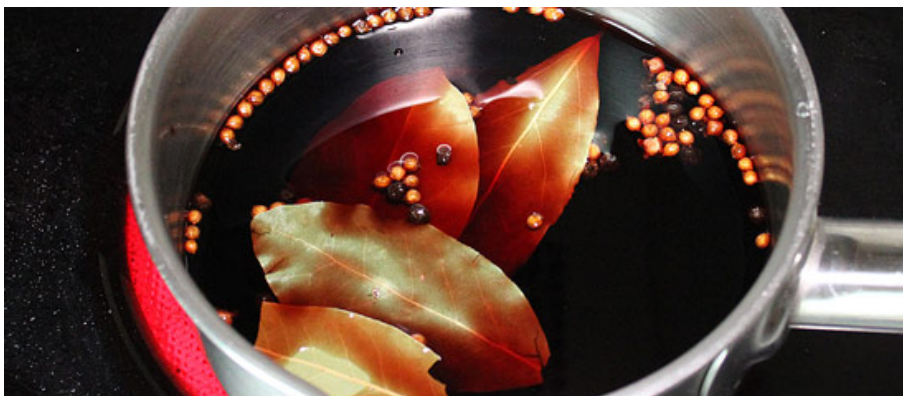
Kalte Butter und Mehl miteinander verkneten. Stückchenweise in die Sauce einrühren bis diese die gewünschte Konsistenz hat. Danach 10 Minuten leicht köcheln lassen, damit der Mehlgeschmack verschwindet.

Braten aus dem Ofen nehmen und 5 Minuten ruhen lassen. Bratensaft zur Sauce giessen.

Hohrücken eher dünn aufschneiden, auf warmen Tellern anrichten und die Sauce dazu nappieren.



Kuh-Hohrücken und die Zutaten für die Marinade





Hohrücken im Marinierbeutel



Marinierter Hohrücken und die Zutaten für die Sauce



Bratensatz mit Marinade auflösen



Rotweinsauce mit Zwiebel köcheln



Hohrücken im Ofen gebraten

