



## Rindsschmorbraten mit Zwiebeln und Gemüse (dicke Schulter)

Die dicke Schulter wird nicht ganz so zart wie der Schulterspitze. Es ist aber ein ideales Stück zum Schmoren, denn es besitzt ein kräftiges Rindfleischaroma, das auch mit einem kräftigen Schmorbraten mit viel Zwiebel und Gemüse schön zur Geltung kommt. Es ist ein Schmorbraten wie aus alten Zeiten, er überzeugt nicht mit besonderer Raffinesse, sondern schmeckt ganz einfach rund und wohlig.

Geschmort wird die dicke Schulter im Ofen bei lediglich 160°, da dabei das Gemüse nicht ganz durchgaren würde, wird es vorab im Rotwein und Bouillon ein paar Minuten in der Pfanne vorgeschmort.

### Zutaten (2-3 Portionen)

600g Rindsbraten von der Schulter  
2 Markbeine  
2 Kalbsknochen  
120g Zwiebel  
120g Gemüse  
(Ruebli, Stangesellerie)  
3 Knoblauchzehen  
3-4cm Peperoncino  
1 Zweig frischer Rosmarin  
1El Pul biber oder mildes Pprika  
1dl kräftiger Rotwein  
3El Passata di Pomodoro  
3dl Rindsbouillon  
Salz und Pfeffer  
Bratbutter

### Zubereitung

Dicke Schulter 1 Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen und sogleich ringsum salzen und pfeffern.

Zwiebel halbieren und längs zur Schale zu Scheiben schneiden. Rübeli und Stangensellerie klein würfeln. Knoblauch grob hacken, Peperoncino längs halbieren und zu feinen Streifen schneiden, dabei die sehr scharfen Kerne entfernen.

Rindsschulter in nicht zu knapp Bratbutter ringsum anbraten, dabei Markbeine und Kalbsknochen mitbraten. Braten und Knochen in ein Schmorgeschirr legen.

Zwiebel, Gemüse, Knoblauch und Peperoncino in der gleichen Pfanne anrösten bis die Zwiebeln leichte Röstspuren zeigen. Mit Rotwein ablöschen, Pul biber und den Rosmarinzweig zugeben. 5 Minuten köcheln lassen. Passata und Bouillon zugeben und weitere 5 Minuten köcheln lassen.

Ofen auf 160° vorheizen.

Gemüsesauce zum Fleisch giessen. Bratenthermometer an der dicksten Stelle in das Fleisch stecken. Braten in den Ofen schieben und bis zu einer Kerntemperatur von 87° garen. Das dauert ca. 1 1/2 Stunden. Zum Schluss ca. 1dl Wasser in die einreduzierte Schmorsauce einrühren und den Braten bei leicht angestellter Ofentüre 15 Minuten nachziehen lassen.

Anrichten:

Schmorsauce auf Tellern zu Spiegeln anrichten, den Schmorbraten dünn aufschneiden und auf die Sauce legen. Fleisch mit etwas Saft beträufeln. Markbeine dazulegen.







