



## Pot-au-feu - "Spatz"

Das klassische Eintopfgericht mit Gemüse und Rindfleisch stammt aus Nordfrankreich, zumindest der Name davon. Das Gericht selber dürfte unter verschiedensten Namen und Variationen weitherum verbreitet sein. So zählt es unter Namen "Spatz" zu den beliebtesten Gerichten der Schweizer Armee. Der gute Ruf des Armee-Spatzes rührt auch daher, dass er meist mit kräftigem Kuhfleisch gekocht wird.

Für eine nahrhaftere Variante kocht man auch Kartoffeln mit. Oft serviert man vorab einen Teller der kräftigen Bouillon mit "Flädli" von einer frisch gebackenen Omelette, danach kommt das Fleisch und das Gemüse auf den Tisch, zusammen mit Brot und Senf oder einer Vinaigrette.

### Zutaten (4 Portionen)

600g	Rindvoressen (z.B. von der Schulter)
2	Schweinsfüsschen
1	grosse Zwiebel
3	Lorbeerblätter
6	Nelken
500g	Gemüse (Wirz, Rüebli, Sellerie, Lauch...)
1,5l	Rindsbouillon
	Bratbutter

### Zubereitung

Schweinsfüsschen in Bratbutter kräftig anbraten. Zwiebel mit Lorbeer und Nelken bestecken.

Kaltes Wasser aufsetzen, Schweinsfüsschen und besteckte Zwiebel hinzugeben, Rindsextrakt einrühren und aufkochen. Sobald das Wasser kocht, Rindfleisch zugeben und 1 Stunde halb zugedeckt leise köcheln lassen.

Derzeit das Gemüse rüsten und schneiden. Gemüse zugeben und eine weitere halbe Stunde köcheln lassen.







*Die Vorspeise: Bouillon mit Flädli*