

Rindfleischvögel nach Mutter's Rezept

Rindfleischvögel
Kochspeck 1-2 Tranchen
¼ einer Essiggurke
1 schmales Stück älteres Brot

beidseitig leicht würzen
Essiggurke und Brot mit dem
Fleisch einrollen und mit
Zahnstocher fixieren

Fleischvögel rundum gut anbraten, beiseite legen.

Saisonales Gemüse, nach belieben, z.B. Zwiebeln, Knoblauch, Rüeblü,
Lauch, Sellerie, zuschneiden und anbraten, beiseite legen.

2-4 EL Mehl im Bratensatz vom Fleisch und Gemüse braun rösten
2-3 dl. Rotwein ablöschen, mit Rindsbouillon ergänzen, so dass die
Sauce noch dicklich ist. Sauce mit Bouillon/Wasser ergänzen, falls
Sauce zu dick wird.

Fleischvögel und Gemüse in die Sauce geben und zugedeckt ca. 1,5 h
schmoren lassen.
Sauce nach belieben mit Salz, Pfeffer, Paprika, Kräuter, und/oder
Fleischgewürz würzen.

En Guete und gutes Gelingen

Christa Wirth