

geschmorte Beinscheiben bei SehrLecker.de



Die Zutaten:

500 gr Zwiebeln, 3 Knoblauchzehen, 4 Beinscheiben vom Rind (a 300gr), 4 Esslöffel Öl, 2-3 Sternanis, 2 Esslöffel Tomatenmark, 250 ml Rotwein, 3 Zweige Rosmarin, 1 Zweig frischer Lorbeer, 300 ml Rinderbrühe, 1 Prise Salz, 1 Prise Pfeffer, 1 Prise Zucker, Mehl.

Die Vorbereitungen:

Zwiebeln und Knoblauchzehen pellen und in Scheiben schneiden.

Die Beinscheiben salzen und pfeffern und im Mehl wenden.

Tipp: Als Beilage schmeckt dazu Kartoffelpüree.

Die Zubereitung:

Das Öl in einem Bräter erhitzen und die Scheiben darin bei hoher Hitze von beiden Seiten scharf anbraten. Herausnehmen und die Zwiebeln in den Bräter geben. Knoblauch und Sternanis dazutun und unter Rühren 3-4 Minuten hellbraun braten.

Tomatenmark dazugeben und untermischen. Mit dem Rotwein ablöschen und die Beinscheiben wieder in den Bräter legen. Rosmarinzwige und Lorbeerzweig auf den Beinscheiben verteilen. Brühe angießen und aufkochen. Bei mittlerer Hitze zugedeckt 75 Minuten schmoren, dabei die Scheiben zweimal wenden.

Die Beinscheiben auf eine Platte legen, den Schmorfond mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und darüber gießen.