

# Senfbraten



(herbstlicher Rinderbraten)

## Zutaten:

1 kg Rindfleisch (Hüfte, Unterschale, Schulter)

ca.  $\frac{1}{2}$  Tl Salz, Pfeffer

## Marinade:

$\frac{1}{2}$  Glas Apfelmus, 4 El Süßer Senf, 1 Tl Tomatenmark, 1 Zwiebel fein gewürfelt, Thymian, Oregano, alle Zutaten gut verrühren. Das Stück zuerst mit Salz und Pfeffer einreiben, dann mit der Marinade einstreichen.

## Zum Braten:

40 g Butterschmalz oder 4 El Bratöl

1 Bund Suppengrün (1 Gelbe Rübe,  $\frac{1}{4}$  Sellerie geschält, etwas Lauch, Maggikraut,

heißes Wasser mit 1 El Brühe,

In einem Schmortopf das Fett erhitzen. Das Fleisch einlegen und rundherum anbraten, evtl. von der Marinade nochmal einstreichen. Suppengrün mit anbraten, mit heißer Brühe aufgießen, so dass der Topfboden mind. 2 cm hoch bedeckt ist. Deckel auflegen und bei geringer Hitze  $1\frac{1}{2}$  - 2 Stunden schmoren. Nach halber Garzeit den Braten wenden, bei Bedarf Flüssigkeit aufgießen. Das Fleisch herausnehmen und warm stellen. Die Sauce abseihen und evtl. das Bratgemüse durch ein Sieb streichen. Mit der Sahne einkochen, das Fleisch fingerdicke Scheiben schneiden, anrichten. Die Sauce dazu servieren.