

# BOEUF BOUR GUIGNON

**GUT DING  
BRAUCHT  
WEILE  
LEVEL**

**FÜR  
4 FLEISCH  
FREUNDE**

**DAUERT  
UM DIE  
3 STUNDEN**

**PERFEKT  
FÜR  
BESONDERE  
ANLÄSSE**

## ZUTATEN

**800g - 1 kg Bratenfleisch**

4 EL Rapsöl

Salz

Pfeffer

Paprikapulver edelsüß

6 Zwiebeln

1 EL Tomatenmark

400 ml trockener Rotwein z. B. Burgunder

200 ml Ochsenfond

300 g kleine Erdäpfel festkochend

1 Karotte

½ Stange Lauch

200 g Champignons

2 Lorbeerblätter

3 Pfefferkörner

1 Stück Zitronenschale

2 EL grob gehackte Petersilie

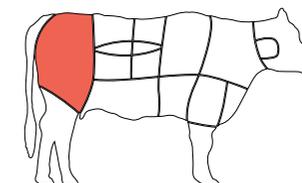
## DAS FAMILIENGERICHT AUS BURGUND.

### Die Ochsenrouladen

Das Bratenfleisch trocken tupfen und in mundgerechte Stücke teilen.

Das Fleisch in 2 EL Rapsöl portionsweise rundherum anbraten und mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen, anschließend herausnehmen. Die Zwiebeln schälen, fein hacken und im übriggebliebenen Öl andünsten. Das Tomatenmark einrühren, kurz Farbe nehmen lassen, dann das Fleisch wieder einlegen und den Wein sowie den Fond angießen. Bei kleiner Hitze ca. 1 1/2 Stunden schmoren lassen.

Zwischenzeitlich das Gemüse waschen und putzen. Die Erdäpfel halbieren, die Karotte schälen und in Stifte schneiden. Den Lauch längs vierteln und in 3 cm lange Stücke teilen. Die Pilze putzen und klein schneiden.



Das Gemüse und die Pilze kurz in 2 EL Rapsöl anbraten, mit den Gewürzen nach Ende der Garzeit zu dem Fleisch geben und weitere 45 Minuten bei kleiner Hitze schmoren lassen.

Die Gewürze wieder entfernen, den Eintopf mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit frisch gehackter Petersilie bestreut servieren. Nach Belieben frisches Baguette dazu reichen.

### TIPP

Wer nicht mit dem alkoholhaltigen Rotwein kochen möchte, kann alternativ auf dunklen Traubensaft und für die Säure auf etwas Rotweinessig oder Zitronensaft zurückgreifen. Die beiden Komponenten dann einfach nach Geschmack einsetzen.

