



DIE MARKE. DAS FLEISCH.®

Geschmorte Ochsenbäckchen in Portweinsauce

Rezept von Dirk Ludwig, Metzgerei der Ludwig, Schlüchtern

Zutaten für 4 Personen:

1,3 kg Ochsenbacken (ergeben 900 g kochfertige Bäckchen)

300 g Gemüsewürfel von Zwiebeln, Sellerie, Karotten

0,1 l Portwein

400 ml Rindfleischfond

1 TL Tomatenmark

3 Lorbeerblätter

8 schwarze Pfefferkörner

3 Wacholderbeeren

1 Messerspitze Senf

1 EL Speisestärke

Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Die Ochsenbäckchen von allen Sehnen und Fettresten sorgfältig befreien. Die Backen mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen. Das Fleisch in Sonnenblumenöl in einem schweren Topf von allen Seiten anbraten. Die Backen aus dem Topf nehmen und zur Seite stellen. Für das Mirepoix Gemüsewürfel aus Zwiebeln, Sellerie, Karotten braun anbraten, das Tomatenmark zugeben und mitrösten. Das Röstgemüse mit Rotwein ablöschen, den Bodensatz abkratzen. Diesen Vorgang zweimal wiederholen. Dann den Rest des Rotweins und das Rindfleischfond dazugeben. Die Ochsenbacken wieder in den Topf legen - sie sollen zu zwei Dritteln mit Flüssigkeit bedeckt sein. Lorbeerblatt, Wacholder, Senf und Pfefferkörner dazugeben und Topf schließen.

Im vorgeheizten Backrohr bei 140°C etwa 3 bis 4 Stunden schmoren. Dabei die Backen im Topf viermal umdrehen. Die Backen sind gar, wenn durch einen Stich mit der Fleischgabel von selbiger wieder leicht herunterfallen. Die Backen aus der Soße nehmen, die Flüssigkeit durch ein Haarsieb in einen kleinen Topf passieren, etwas einreduzieren lassen, mit Salz und Portwein abschmecken. Die Speisestärke in kaltem Wasser glatt rühren, in die kochende Soße rühren, bis diese die gewünschte Konsistenz hat. Die Backen auf den vorgewärmten Teller anrichten, mit der Sauce überziehen.

Tipp: Alternativ passen auch hervorragend Schwarzwurzeln, Rosenkohl, Portweinschalotten oder grüne Bohnen sowie alle Art Knödeln, z.B. Semmelknödel, Brezenknödel oder Polenta.