

# Rezept des Monats Januar

## Leckeres Straußenfleisch als Sauerbraten nach Rheinischer Art

### Zutaten für die Beize

$\frac{1}{4}$  l Essig  
 $\frac{1}{2}$  l Wasser  
12 Pfefferkörner  
12 Nelken  
2 Lorbeerblätter  
8 Wacholderbeeren  
3 TL Salz  
Zwiebelringe (von 2 dicken Zwiebeln)

Butterschmalz zum Anbraten  
Ca. 1kg. Straußenfleisch

$\frac{1}{2}$  - 1 Päckchen Rosinen  
2 EL Mehl und 150 ml Wasser



Der Sauerbraten ist ein durch mehrtägiges Marinieren in einer Beize aus Essig und weiteren Zutaten vorbehandelter Schmorbraten. Er ist in seinen verschiedenen regionalen Varianten ein bekanntes traditionelles Gericht der deutschen Küche. Früher wurde beim Rheinischen Sauerbraten Pferdefleisch verwendet. Da das Fleisch alter Pferde sehr zäh war, wurde es durch die Beize weich gemacht.

Klassische **Beilagen** zum Sauerbraten sind Kartoffelklöße (die aus Rezept Dezember 2020 schmecken besonders lecker ☺) und Rotkohl. Im Rheinland kann auch Apfelmus oder Backobst dazu serviert werden.

Die Rheinländer mögen ihre **Soße** gerne süß zum Sauerbraten. Ich bevorzuge Rosinen. Gerne kann aber auch Zuckerrübensirup oder Apfelkraut verwendet werden.

### **Zubereitung:**

Alle Zutaten der Beize kurz aufkochen und abkühlen lassen. Dann das Fleisch in ein großes Gefäß legen und die erkaltete Beize über das Fleisch gießen. Danach für 5-6 Tage ruhen lassen. Darauf achten, dass das ganze Fleisch bedeckt ist. Eventuell nach 3 Tagen einmal runddrehen.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch scharf von beiden Seiten anbraten. Anschließend wird die gesamte Beize zum Fleisch gegeben. Auch die Rosinen dazu. (Wir mögen es gerne mit viel Süße zum Essig, deshalb nehme ich gerne 1 ganzes Päckchen Rosinen). Jetzt wird der Braten ca. 2,5 Std. geschmort.

Für die Sauce wird die komplette Beize durch ein Sieb passiert. Das Wasser mit dem Mehl mischen und vorsichtig in die heiße Sauce einrühren und aufkochen. Normalerweise braucht man die Sauce nicht nachwürzen. Sie schmeckt hervorragend.

Das Fleisch am besten mit einem elektrischen Messer schneiden, da es wirklich so weich wird, dass es fast zerfällt.

Wir wünschen Ihnen einen Guten Appetit !