

**Kochen**

**Timo Böckle**

**Mittwoch, 05.06.2024**

**Rostbraten mit Zwiebeln, Kartoffelstroh und Bratkartoffeln**

**Für 4 Personen**

**Zutaten**

**Für die Bratkartoffeln**

600 g Kartoffeln (festkochend)  
6 EL Butterschmalz  
2 EL Bratkartoffelgewürz, siehe Tipp  
1 Bund Schnittlauch

**Für das Kartoffelstroh**

3 Kartoffeln, festkochend, ca. 250 g  
300 ml Pflanzenöl, z. B. Rapsöl

**Für den Rostbraten**

800 g Rinderrücken von der Färsche  
2 Gemüsezwiebeln (500 g)  
250 ml Bratensoße (fertig gekauft oder selbstgekocht, siehe Tipp)  
4 EL Butterschmalz  
etwas Salz  
etwas Pfeffer



**Zubereitung**

1. **Am Vortag bzw. mindestens 3-4 Stunden vorher für die Bratkartoffeln** die Kartoffeln abbrausen und in Salzwasser ca. 20 Minuten weich kochen.
2. Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen und über Nacht abkühlen lassen
3. **Für das Kartoffelstroh** Kartoffeln schälen und mit der feinen Schneide eines Spiralschneiders zu Kartoffelfäden schneiden, sofort in eine Schüssel mit kaltem Wasser legen und beiseite stellen.
4. Inzwischen für den **Rostbraten** den Rinderrücken trockentupfen und in ca. 200 g schwere Scheiben schneiden. Fleisch mit einem Plattierisen oder Stieltopf plattieren. Zwiebeln halbieren, schälen und in mittelfeine Streifen schneiden.
5. In einer großen Pfanne Butterschmalz erhitzen. Steaks darin nacheinander bei mittlerer bis starker Hitze unter Wenden anbraten. Steaks von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und im heißen Backofen (bei 80 Grad Ober- und Unterhitze) auf dem Rost über einem Blech ruhen lassen.
6. Zwiebelstreifen im Bratfett vom Rostbraten, bei mittlerer Hitze goldbraun braten, dabei eventuell 1 EL Butterschmalz zugeben. Zwiebeln mit Bratensaft oder Soße ablöschen und etwa 5-8 Minuten in der Soße weichkochen. Zwiebelsoße mit Pfeffer und Salz abschmecken, Soße warmhalten.
7. **Inzwischen die Kartoffelfäden** in einem Durchschlag abtropfen lassen und trockentupfen.
8. Öl in einem kleinen Topf auf ca. 160 Grad erhitzen. Kartoffelfäden darin portionsweise knusprig ausbacken. Das Kartoffelstroh auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen und auf einem Teller im ausgeschalteten Backofen warmhalten.
9. **Für die Bratkartoffeln** die Kartoffeln in Scheiben schneiden. Butterschmalz erhitzen. Die Kartoffeln darin von allen Seiten, bei mittlerer Hitze ca. 5-8 Minuten goldbraun und knusprig braten. Kartoffeln mit Salz, Pfeffer und Bratkartoffelgewürz abschmecken.
10. **Die Soße** aufkochen und die Pfanne von der Kochstelle nehmen. Rostbratenstücke zugeben, vollständig mit Soße und Zwiebeln überziehen und 2- 3 Minuten darin ziehen lassen bis eine Kerntemperatur von 56 Grad erreicht ist.
11. Schnittlauch abbrausen, trockenschütteln und in feine Röllchen schneiden.

12. Rostbraten auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit sehr viel Zwiebeln und Soße überdecken. Kartoffelstroh aufsetzen. Schnittlauch über die Bratkartoffeln streuen und mit den Bratkartoffeln servieren

**Timos Tipp:**

Achten Sie darauf das **die Soße** sobald sie das Fleisch dazugeben haben auf keinen Fall mehr kochen darf. Das Fleisch soll nur kurz darin ziehen, um den Zwiebelgeschmack der Soße anzunehmen und den endgültigen Garpunkt zu erreichen. Kerntemperatur am besten mit einem Braten-Thermometer messen: medium - medium rare = 52 - 54 Grad im Kern.

**Bratkartoffelgewürz:** 2 Zwiebeln abziehen und fein würfeln oder in feine Streifen schneiden und mit ca. 1-2 EL Mehl mischen. Zwiebeln dann in ca. 2-3 EL Butterschmalz knusprig rösten. Auf Küchenpapier abtropfen und abkühlen lassen. Röstzwiebeln dann mit Pfeffer und 1-2 TL frischen oder getrockneten Majoran mischen. Die Bratkartoffeln damit würzen.

**Tipp: Bratensoße**

**Für ca. 4 Flaschen à 250 ml :**

1 kg Soßenknochen vom Rind (funktioniert auch hervorragend mit Kalb, Schwein oder Wildknochen)

200 g Zwiebeln, rot

140 g Speckscheiben, durchwachsen, hauchdünn

120 g Knollensellerie

100 g Petersilienwurzel

100 g Karotten

4 Knoblauchzehen

30 g Butterschmalz, zerlassen

60 g Tomatenmark

10 g Zucker

15 g Salz

2 g Pfeffer, schwarz

1 Lorbeerblatt

4 g Wacholderbeeren

1 l Rotwein, z. B. Dornfelder (alternativ roter Traubensaft oder Johannisbeernektar)

1 l Wasser

Kochgeschirr: Ein großer Bräter mit Deckel oder einen Tontopf mit Deckel.

**Zubereitung:**

1. Soßenknochen kalt abbrausen und trockentupfen

2. Zwiebeln, Knollensellerie, Petersilienwurzel und Sellerie putzen bzw. schälen und in gleichmäßig, walnussgroße Stücke schneiden.

3. Den Knoblauch abziehen, die einzelnen Zehen als Ganzes zum Gemüse geben.

4. Den Boden des Bräters mit den Speckscheiben vollflächig auslegen.

5. Das gemischte Gemüse auf dem Speck verteilen. Anschließend das ganze Gemüse mit den bereits geschnittenen Knochen komplett abdecken.

6. Die Knochen mit Butterschmalz bestreichen oder beträufeln.

7. Backofen auf 190 Grad Umluft vorheizen.

8. Den Bräter für 20 Minuten ohne Deckel in den Backofen schieben.

9. Sind die Knochen an der Oberfläche ausreichend geröstet und haben eine schöne dunkelbraune Farbe angenommen, den Bräter aus dem Ofen nehmen.

10. Jetzt das Tomatenmark (wie im Video zu sehen) über den gerösteten Knochen verteilen. Den Zucker ebenso gleichmäßig verteilen.

11. Den Bräter, ohne Deckel, erneut bei 190 Grad für 10 Minuten in den Ofen schieben.

12. Anschließend den Soßenansatz mit Rotwein und Wasser auffüllen, alle Gewürze zugeben und den Bräter mit dem passenden Deckel versehen. Ebenfalls bei 190 Grad

(Umluft) mit Deckel für 60 Minuten im Ofen lassen.

13. Danach herausnehmen und den Fond abgießen.

14. Die Flaschen oder Gläser und die Deckel vorher sterilisieren (abkochen).

Die Soße bei 100 Grad für 120 Minuten im Einkochtopf einkochen. Im Anschluss etwa 24 Stunden auf einem Küchentuch auskühlen lassen und am besten nach 48 Stunden erneut bei 100 Grad für 120 einkochen.

Danach überprüfen, ob alle Gläser fest verschlossen sind. Kühl und dunkel gelagert hält sich die Soße ca. 3-6 Monate.\*

**ACHTUNG:** Bitte keine Soßenbinder oder Mehl zum Binden der Soße verwenden. Erst binden, wenn die Flasche geöffnet wird und Sie Ihre Soße verwenden möchten.

**Tipp:**

Je nach Ofenhersteller bzw. Umluftfunktion kann sich die Röstzeit unter Umständen verlängern. Wenn Ihr Ansatz im Bräter nicht ausreichend Farbe angenommen hat, verlängern Sie bitte einfach die Röstzeit. Die Temperatur bleibt vom Anfang bis zum Ende immer bei 190 Grad Umluft!

Es bietet sich an, je nach Fassungsvermögen Ihres Bräters gleich eine doppelte oder dreifache Menge herzustellen. Das spart viel Energie – die Soße ist nach dem Einkochen für viele Monate haltbar.\*

\*Die angegebene Haltbarkeitsdauer kann nur bei korrekter Zubereitung und richtiger Lagerung erreicht werden.