

Rindfleischvögel nach Nonnas Art



Zutaten (für 4 Personen)

3 San-Marzano-Tomaten, ersatzweise Perretti-Tomaten
2 Knoblauchzehen
1 Bund Basilikum
80 g Oliven, grün
1 Esslöffel Olivenöl
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
8 Rindsplätzchen, gross, zum Schmoren
4 Esslöffel Parmesan, frisch gerieben

1 Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

2 Die Tomaten 20–30 Sekunden in kochendes Wasser tauchen, sofort kalt abschrecken, dann die Haut der Tomaten abziehen. Die Früchte der Länge nach halbieren, entkernen und die Hälften längs in etwa 1 cm breite Streifen schneiden.

3 Den Knoblauch schälen und mit den Basilikumblättern fein hacken. Die Oliven entsteinen und ebenfalls hacken. Alle diese Zutaten mit dem Olivenöl sowie etwas frisch gemahlenem Pfeffer mischen.

4 Die Rindsplätzchen mit einem Wallholz zwischen Klarsichtfolie sorgfältig dünn klopfen. Jedes Plätzchen mit etwas Olivenpaste bestreichen, mit 2–3 Tomatenstreifen belegen und mit je ½ Esslöffel Parmesan bestreuen. Aufrollen und mit Holzspießchen fixieren oder mit Küchenschnur binden.

5 Rüebli und Sellerie schälen und klein würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken.

Zum Schmoren

1 Rüebli, mittelgross
1 Stück Knollensellerie, klein
1 Zwiebel, klein
1 Knoblauchzehe
4 Esslöffel Olivenöl
Salz, Pfeffer
1 Esslöffel Tomatenpüree, gehäuft
1 dl Portwein, rot, ersatzweise Marsala
2 dl Rotwein, kräftig
3 dl Bouillon
1 Bund Petersilie, glattblättrig

6 In einem Bräter oder Schmortopf das Olivenöl erhitzen. Die Fleischvögel mit Salz und Pfeffer würzen und rundum anbraten. Aus der Pfanne nehmen.

7 Wenn nötig etwas Olivenöl zum Bratensatz geben und Gemüse, Zwiebel sowie Knoblauch andünsten. Das Tomatenpüree beifügen und unter Rühren kurz mitrösten. Portwein oder Marsala, Rotwein und Bouillon dazugießen, aufkochen und 3–4 Minuten kräftig kochen lassen. Dann die Fleischvögel beifügen und zugedeckt im 180 Grad heissen Ofen auf der zweituntersten Rille 1¾–2 Stunden sehr weich schmoren; dabei die Fleischvögel 2-mal wenden.

8 Die Petersilie fein hacken.

9 Die Fleischvögel aus der Sauce nehmen und warm stellen. Die Sauce mit den übrigen Zutaten durch ein Sieb streichen, in die Pfanne zurückgeben und mit Salz sowie Pfeffer abschmecken. Die Fleischvögel wieder beifügen und alles mit Petersilie bestreuen.

Als Beilage passen Polenta, Kartoffelstock oder Nudeln.