

Kaiserbraten - Rinderbraten mit Bohnenkraut

Ein Braten von Tante Marilena, der Frau von Onkel Adi, Papa Beckeschs Jugendfreund aus Bukarest

Zutaten

- Rindfleisch
- Pfeffer/Salz
- Bohnenkraut
- Fett zum anbraten

Zubereitung

1. Das Bratenstueck in einem heissen Topf auf dem Herd hart anbraten. Die Poren des Fleisches sollen sich schliessen. Das Fleischstueck ist von allen Seiten gebräunt, wie ein Steak dasz man so im Restaurant bestellt. Realistisch ist es so, dasz es immer Stellen gibt, die den Topfboden nicht beruehren, und nur angaren/nicht braun werden, das macht nichts. Die erreichbaren Stellen an allen Seiten sollen nur braun gebraten sein. Faktisch ist das Fleisch im Kern immer noch kalt.
2. nun das Fleisch etwas ruhen lassen (30 Minuten oder so)
3. Jetzt das Fleisch gut pfeffern und salzen (bezogen auf die Menge Fleisch), und wieder etwas warten, bis das Salz angefangen hat einzuziehen (Das Fleisch 'saftelt' ggf ein bisserl)
4. Das Fleisch nun von aussen vollstaendig mit Bohnenkraut 'bepudern', alles was dran kleben bleibt, kommt im naechsten Schirrt mit in den Bratentopf.
5. Jetzt das Fleisch in einen Bratentopf mit einem moeglichst dichten Deckel legen, etwas Wasser sollte den Topfboden bedecken (ca 1-1,5cm)
6. Den Braten so in den Ofen schieben, Temperatur und Zeit die jetzt kommen sind Schaetzwerte
 - Ofentemperatur ~ 150 - 160 Grad
 - ~ 3-4 Stunden
 - (1h) nach einer Stunde mal auf machen
 - schauen ob das Fleisch trocken ist, dann mit einer kleinen Schoepfkelle / Suppenloeffel was von dem Wasser ueber den Braten geben (kann man immer machen, wenn man den Topf aufmacht)
 - kein Wasser mehr da? Alarm, da muss unten immer 1-1,5 cm Wasser sein, sonst faengt der Braten an zu trocknen
 - (2h) jetzt wieder nach zwei Stunden (ab Startzeit) schauen, siehe bei „nach einer Stunde“
 - Mal mit einer Fleischgabel reinpiecken, ob sich das ganze „durch“ anfuelt. Kann ich nicht beschreiben wie man das feststellt → Youtube
 - (3h) siehe zweite Stunde
 - Ab jetzt haeufiger schauen (jede weitere halbe Stunde)
 - Du willst nicht, dasz der Braten hinterher auseinanderfaellt (oder doch!?), also solltest du ihn vorher irgendwann rausholen
 - Rinderbraten vertraegt auf jeden Fall lange Bratzeiten, damit er zart wird (und keine Schuhsohle ist, was er waere, wenn er nur rein technisch gar waere). Der wird quasie uebergart, um zart zu werden.
 - Helfen kann auch die Kerntemperatur mit einem Kuechen oder Grilltermometer

abzunehmen. Da habe ich nur noch keine Skillz, wie das bei Rindfleisch sein muss, damit es Zart ist (ggf Youtube?). Ich hab das nur fuer [[rezepte:pulled_pork] raus.

7. Den Braten raus nehmen, und ruhen lassen (eine Stunde)
8. Derweil, den Sud aus dem Topf holen, ggf groeszere Fleischstueckchen rausholen, die stoeren beim Sosze ruehren
 - Die Fluessigkeit nun auffuellen (ist wahrscheinlich recht wuerzig) auf die benoetigte Menge, damit alle was davon auf Essen und Beilagen geben koennen
 - ggf Nachwuerzen (salzen), falls die „Suppe zu duenn“ wird
 - Dann mit Soszenbinder (oder Mehlschwitze) eindicken, so dasz es die gewuenschte Konsistenz hat
9. Den Braten aufschneiden zum Servieren
 - Hierfuer ist am besten ein elektrisches Messer geeignet, da der Braten beim Schneiden je nach dem wie weich man den gekocht hat fast auseinander faellt, wenn man ihn mit einem normalen Bratenmesser schneidet

Fertig, der Braten nebst Sosze ist servierbereit!

[mama beckesch](#), [fleisch](#), [rumaenisch](#), [hauptgericht](#), [lowcarb](#)

From: <https://recipes.beckesch.it/> - **Rezeptesammlung von Helene und Ralf Beckesch**

Permanent link: https://recipes.beckesch.it/rezepte/kaiserbraten_-_rinderbraten_mit_bohnenkraut?rev=1641203217

Last update: **2022/01/03 09:46**

