

Fränkisches Rindfleisch

(Rindfleischbrühe)

Zutaten

500 g Rinderknochen (evtl. Noch 1-2 Markknochen dazu)
1 ½ l Wasser
4 Möhren, geschält, im Ganzen
½ Sellerieknolle
1 Stange Lauch
1 Lorbeerblatt
2 Gewürznelken
1 TL Salz
750 g Rindfleisch am Stück, vom Brustkern

Zubereitung

Die Knochen waschen, kalt mit dem Wasser in einem Suppentopf zusetzen, zum Kochen bringen, abschäumen.

Wurzelgemüse, Gewürze und Salz zugeben, 15 Minuten zusammen sprudelnd kochen, nochmals abschäumen.

Fleisch einlegen, Brühe wieder zum Kochen bringen. Evtl. 1/4 l heißes Wasser nachgießen (Fleisch muss vom Wasser bedeckt sein). Sobald die Kochtemperatur wieder erreicht ist, Hitze reduzieren, mindestens 2 Stunden sieden lassen.

Gar probe machen. Fleisch aus der Brühe nehmen und zugedeckt ca. 10 Minuten ruhen lassen. Brühe abseihen und als Suppe verwenden.

(Einlage bei Suppe: Suppennudeln)

Fleisch in 1 cm dicke Scheiben schneiden, anrichten, die Möhren als Garnitur verwenden.

Beilagen: Kartoffelsalat mit Preiselbeeren oder Meerrettich oder Meerrettichsoße mit Salzkartoffeln

Bœuf bouilli à la franconienne

(Bouillon de bœuf)

Ingrédients

500 g Os de bœuf (+ 1-2 os à moelle si souhaité)

1 ½ l d'eau

4 carottes épluchées entières

½ céleri

1 poireau

1 feuille de laurier

2 clous de girofle

1 cuillère à café de sel

750 g de viande de bœuf (poitrine)

Préparation:

Laver les os, les déposer dans une marmite remplie d'eau froide, porter à ébullition, écumer la mousse.

Ajouter les légumes, les épices et le sel et faire cuire à petit bouillon 15 minutes, écumer la mousse.

Ajouter le morceau de bœuf et faire bouillir à nouveau. Le cas échéant, verser ¼ l d'eau chaude (la viande doit être recouverte d'eau). Dès que la température est atteinte, réduire le feu et laisser cuire 2 heures à feu doux.

Piquer la viande pour voir si elle est cuite. La retirer du bouillon et laisser reposer couvert environ 10 minutes. Passé le bouillon et s'en servir comme soupe.

(Ajouter du vermicelle par exemple)

Couper la viande en tranches d'1 cm d'épaisseur, disposer sur un plat et garnir avec les carottes.

Accompagnement: Salade de pommes de terre aux aïelles rouges ou au raifort ou sauce au raifort avec des pommes de terre vapeurs