

# Italienische Rezepte

## Manzo alla Sarda

Anzahl: 6 -8 Personen

Gattung: Carne, Italien, Rind, Secondo

---

### MARINADE

3	Tasse/n Trockener Weißwein	1	Lorbeerblatt, zerrieben
1/4 cup	Olivenöl	1/8 Teel.	Nelkenpfeffer (Piment)
1/4 cup	Feingehackte, möglichst - glattblättrige Petersilie	1/8 Teel.	Geriebene Muskatnuß
		1	Essl. Salz

### RINDERBRATEN

2 kg	Ausgebeinter - Rinderschmorbraten von - mindestens - 10 cm Durchmesser, - zurechtgeschnitten, - gerollt und fest an 3 - oder 4 Stellen - verschnürt		- frisch, aus der Dose - oder aus Würfeln
2 Essl.	Butter	2	Essl. Feingehackte frische - Petersilie
2 Essl.	Olivenöl	1	Ungerolltes Anchovisfilet, - abgetropft, - abgespült und fein gehackt
1 cup	Trockener Weißwein	1/4	l Zitronensaft
2	Tasse/n Rinderbouillon		Salz Frisch gemahlener schwarzer - Pfeffer

---

In einer großen Schüssel aus Glas, Porzellan oder rostfreiem Stahl die 3 Tassen Weißwein, 1/4 Tasse Olivenöl, 1/4 Tasse fein gehackte Petersilie, Lorbeerblatt, gemahlene Nelkenpfeffer, Muskatnuss und Salz miteinander verrühren. Den gerollten und fest verschnürten Rinderbraten in die Schüssel legen und in der Marinade so lange umwenden, bis er auf allen Seiten gründlich angefeuchtet ist. Das Rindfleisch mindestens 6 Stunden bei Zimmertemperatur oder 12 Stunden im Kühlschrank marinieren und gelegentlich umwenden. Den Ofen auf 175° vorwärmen. Das Rindfleisch aus der Marinade nehmen und mit Küchentrepp sehr gut abtrocknen, die Marinade jedoch aufheben; sie wird später wieder gebraucht. In einer feuerfesten Kasserolle, die groß genug ist, das Rindfleisch bequem zu fassen, die Butter mit dem Olivenöl bei mäßiger Hitze schmelzen lassen. Wenn sich der Schaum gelegt hat, das Rindfleisch hineintun und auf allen Seiten anbraten, wobei man es mit zwei Holzlöffeln umwendet. Das angebratene Fleisch auf einen Teller legen und aus der Kasserolle fast alles gebräunte Fett bis auf eine dünne Schicht abgießen. Die Marinade hineingießen und bei starker Hitze schnell aufkochen lassen, bis sie bis auf 1 Tasse reduziert ist. Dabei einen Holzlöffel oder Gummispachtel benutzen, um den an der Kasserolle haftenden Bratensatz mit hineinzurühren. Das Rindfleisch in die Kasserolle zurücktun und 1 Tasse Weißwein und die 2 Tassen Rinderbouillon hinzufügen. Die Flüssigkeitsmenge sollte das Fleisch zu etwa 1/3 der Höhe bedecken; falls nötig, mehr Rinderbouillon dazugießen. Bei großer Hitze die Flüssigkeit zum Kochen bringen und in die Mitte des Ofens stellen. Den Braten 2 bis 2 1/2 Stunden schmoren und dabei zwei oder dreimal in der Kasserolle umwenden.

Wenn das Fleisch weich genug ist, um die Spitze eines scharfen Messers leicht durchzulassen, den Braten auf ein Tranchierbrett legen. Die Schmorbrühe durch ein feines Sieb in einen 1 1/2 bis 2 l fassenden Topf gießen. Die Sauce ein oder zwei Minuten stehen lassen, dann mit einem großen Löffel soviel wie möglich von dem Fett an der Oberfläche abschöpfen. Nun die Sauce schnell bei großer Hitze kochen lassen und gelegentlich umrühren, bis sie auf etwa 2 Tassen eingekocht ist. Die 2 EL fein gehackte Petersilie, die gehackten Anchovis und den Zitronensaft hineinrühren. Die Sauce abschmecken und, falls nötig, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Bindfäden entfernen und den Braten in dünne, gleichmäßige Scheiben schneiden. Die Rindfleischscheiben leicht überlappend in einer Reihe auf einer vorgewärmten Servierschüssel anordnen. Ein paar Esslöffel von der heißen Sauce darüber geben, die übrige in einer Saucenschüssel

reichen.