

Schwarztee-Lorbeer-Braten

Gerade in der kälteren Jahreszeit sind Bratengerichte ein beliebter Klassiker in der Heißen Theke. Der Schwarztee-Lorbeer-Braten, mit seinem milden Aroma und verfeinert mit Backpflaumen, wird Ihre Kunden begeistern.

► **Rinderbraten einmal anders** – für dieses Rezept dient feiner Schwarztee (zum Beispiel Darjeeling oder Schwarztee Klassisch von Teekanne) als Basis. Darjeelingtee ist eine der bekanntesten und feinsten Teesorten auf der Welt. Benannt ist der Tee nach seiner Herkunft, der Region Darjeeling im Norden Indiens am Fuße des Himalayas. Dort werden für die Darjeelingtees von Teekanne nur die beiden jüngsten Blätter sowie die Blattknospe von Hand gepflückt. Charakteristisch für den Darjeeling ist sein milder, blumiger Geschmack. Es können aber auch andere Schwarztees verwendet werden, beispielsweise harmonische Mischungen aus klassischen Anbaugebieten wie Indien und Sri Lanka.

Rindfleisch gehört neben Schweinefleisch zu den beliebtesten Fleischsorten der deutschen Küche. Beim Rinderbraten wird als Gewürz oft Lorbeer verwendet, der gerade Beizen, Marinaden und Sauce sein charakteristisches Aroma verleiht. Am aromatischsten sind frische Lorbeerblätter, die wie die getrockneten immer mitgekocht werden sollten, da sie ihr Aroma nur langsam freigeben. Vor dem Servieren werden die mitgekochten Lorbeerblätter herausgenommen. Lorbeer sollte man stets sparsam verwenden, da das Aroma der Blätter sehr intensiv ist. Übrigens: Nach zwei Jahren verlieren getrocknete Lorbeerblätter ihre Würzkraft.

Eine besondere Ergänzung in dem Schwarztee-Lorbeer-Braten sind die in Schwarztee eingelegten, mit

Tipp

Dieses und andere leckere Rezepte für den Fleischereimbiss finden Sie auch auf unserer Homepage www.fleischerei.de.

Zutaten für 4 Personen

- 2 Teebeutel Schwarztee, zum Beispiel „Darjeeling“ oder „Klassisch“ von Teekanne
- 400 ml Wasser
- 12 Backpflaumen (ohne Stein)
- 800 g Rinderbraten
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- 2 EL Öl
- 6 Lorbeerblätter
- 2 Zwiebeln
- 200 ml Fleischfond (aus dem Glas)
- 1 bis 2 EL Balsamicoessig
- 6 EL Schlagsahne
- 3 EL dunkler Saucenbinder
- 6 Scheiben Bacon oder Frühstücksspeck
- 30 g Mandelsplitter

Speck umwickelten und gebratenen Backpflaumen. Wussten Sie, dass der Zucker des Trockenobsts im Gegensatz zu Süßigkeiten nicht so schnell ins Blut geht? Dadurch wird der Stoffwechsel nicht zusätzlich belastet und es wird eine längere Sättigung bewirkt.

Zubereitung

Den Schwarztee (zum Beispiel „Darjeeling“ oder „Klassisch“ von Teekanne) mit kochendem Wasser aufbrühen und je nach gewünschter Geschmacksintensität ziehen lassen, Teebeutel entfernen.

Backpflaumen in eine kleine Schüssel geben und 200 ml des Schwarztees darübergießen. Zugedeckt durchziehen lassen.

Rinderbraten mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einem Bräter erhitzen. Rinderbraten ringsum anbraten. Lorbeerblätter hinzufügen. Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. Ins Bratfett geben und mitbraten. Mit dem übrigen Schwarztee und dem Fleischfond ablöschen. Mit Essig würzen. Zugedeckt eine Stunde schmoren.

Die abgetropften Backpflaumen mit Speck umwickeln und mit Holzstäbchen feststecken. In einer Pfanne ringsum braten. Backpflaumen aus der Pfanne nehmen, die Mandeln in die Pfanne geben und leicht bräunen.

Bratenfond mit Sahne verfeinern. Saucenbinder einrühren und eine Minute leicht köcheln lassen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mandeln in die Sauce geben. Rinderbraten aufschneiden und zusammen mit der Sauce und den Backpflaumen anrichten.

Dazu Möhren, Brokkoli und Tagliatelle reichen. Zubereitungszeit: circa 75 Minuten. www.teekanne.de



Rinderbraten einmal anders: Der Schwarztee-Lorbeer-Braten mit gebratenen Backpflaumen ist ein mild-würziger Genuss für die Heiße Theke.

Teekanne