

Flämisches Bierfleisch

Die Fußball-Europameisterschaft beginnt am 10. Juni. Vier Wochen lang regiert dann König Fußball das Geschehen. Verwöhnen Sie während dieser Zeit Ihre Kunden mit typischen französischen Gerichten wie dem Flämisches Bierfleisch („carbonnade flamande“) in der Heißen Theke.

Carbonnade flamande ist eine Spezialität aus dem Norden Frankreichs, genauer gesagt der Region Nord-Pas-de-Calais-Picardie mit der Hauptstadt Lille. In Lille trifft man sich in den „estaminets“ – einfache Lokale, die traditionelle regionale Küche und lokales Bier anbieten. Das Bier hat einen hohen Alkoholgehalt und wird auch zum Kochen und Backen verwendet, so kommt es zum Beispiel an die berühmte „carbonnade flamande“. Auch „vergeoise“, ein brauner, unraffinierter Rübenzucker, der mit Karamell aromatisiert wird, verleiht vielen Gerichten wie der „carbonnade flamande“ einen typischen Geschmack.

Der „vergeoise“ ist jedoch in Deutschland oft schwer zu bekommen. Man kann ihn durch braunen (Rüben-)Zucker ersetzen, der zwar nicht die gleiche Konsistenz, aber auch einen leichten Karamellgeschmack hat. Zum Binden des „carbonnade flamande“ verwendet man Saucenlebkuchen – ein einfaches,

Zutaten für 4 Personen

- 1 kg Rindfleisch aus der Schulter
- 4 große Zwiebeln
- 2 EL Margarine, Schmalz oder neutrales Öl
- 2 EL Mehl
- 1 Flasche helles Bier (0,33 l)
- 1 Flasche dunkles Bier (0,33 l)
- 1 Bouquet garni (zusammengebundenes Kräutersträußchen aus einigen Petersilienstängeln, einem Thymianzweig und einem Lorbeerblatt)
- 2 Lorbeerblätter
- 2 EL „vergeoise“ (ersatzweise brauner (Rüben-)Zucker)
- 1 gestrichener EL Salz
- 1 TL schwarzer Pfeffer
- 1 Saucenlebkuchen

hartes Gebäck, das durch die Beimischung verschiedener Gewürze den typischen Lebkuchengeschmack erhält, der dem Gericht auch seine besondere Note gibt. Saucenlebkuchen verwendete man früher häufig zum Binden von dunklen Saucen. Man findet ihn im gut sortierten Supermarkt

meist, wo Saucenbinder und Fertigsaucen angeboten werden.

Das Rezept „carbonnade flamande“ stammt übrigens aus „Vive la France – Das Kochbuch zur Fußball-EM 2016“. Es stellt die zehn Austragungsorte der EM vor, kombiniert mit Rezepten aus der jeweiligen regionalen Küche.

Zubereitung

Das Rindfleisch waschen, trockentupfen und in circa 3 × 3 cm große Würfel schneiden.

Anschließend die Zwiebeln schälen und fein würfeln.

Das Fett in einem tiefen Topf zerlassen, das Fleisch bei großer Hitze darin anbraten, bis es ringsum braun ist. Aus dem Topf nehmen, die Hitze reduzieren, die Zwiebeln im Fett glasig dünsten (aber nicht braun werden lassen!).

Info

Dieses Rezept stammt aus „Vive la France: Das Kochbuch zur Fußball-EM 2016“. www.werkstatt-verlag.de



Das Flämisches Bierfleisch („carbonnade flamande“) ist ein typisch französisches Gericht aus dem Norden, das nicht nur für Fußballfans ein Leckerbissen ist. Verlag Die Werkstatt

Das Fleisch hinzufügen, mit dem Mehl bestäuben und gut durchrühren. Mit dem Bier angießen, einmal aufkochen, Hitze reduzieren. Die Kräuter, Zucker, Salz und Pfeffer dazugeben, umrühren, mit einem Deckel verschließen und zwei Stunden auf kleiner Flamme schmoren. Gelegentlich umrühren.

Wenn das Fleisch schön weich ist (das kann je nach Qualität auch etwas länger als zwei Stunden dauern), den Lebkuchen fein reiben und zum Binden in die Sauce rühren. Weitere fünf bis zehn Minuten köcheln lassen.

Mit frischem Baguette servieren. Schmeckt auch aufgewärmt sehr gut.

www.werkstatt-verlag.de