

Braten vom Tiroler Grauvieh Almochs

ZUTATEN FÜR 4-6 PERSONEN

ca. 1 kg Huft vom
Grauvieh Almochs
2 Zwiebeln
3 Karotten
3-4 Knoblauchzehen
2 Lorbeerblätter
1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin
¾ l Rindsuppe
Butterschmalz

Für die Marinade:

2 EL Senf
1 EL Pflanzenöl
4 Knoblauchzehen
Salz, Pfeffer

Für die Erdäpfeltaler:

1 kg Erdäpfel (mehlig)
3 Eier
Semmelbrösel
Salz, Pfeffer
Muskat
Butterschmalz

Für die Speckbohnen:

300 g frische Bohnen
6 Scheiben Bauchspeck
vom Hofschwein

Braten vom Tiroler Grauvieh Almochs mit Erdäpfeltaler und Speckbohnen

1. Der Braten

Zutaten für die Marinade vermischen und das Fleisch damit einreiben, einpacken und kühlstellen. Das Fleisch einige Stunden durchziehen lassen (idealerweise über Nacht).

Karotten, Zwiebeln und Knoblauch in größere Stücke schneiden. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und den Braten auf allen Seiten scharf anbraten. Dann den Braten aus der Pfanne nehmen und in einen Bräter geben. Das grob geschnittene Gemüse zum Bratensatz hinzufügen und kurz anrösten, mit Suppe aufgießen und aufkochen lassen.

Die Sauce mit dem Gemüse und den Kräutern zum Fleisch in den Bräter geben. Den Braten dann bei 170 Grad geschlossen in das bereits vorgeheizte Backrohr geben und etwa eineinhalb bis zwei Stunden schmoren lassen (Kerntemperatur 70 Grad).

Den Braten aus dem Ofen nehmen und kurz rasten lassen, in der Zwischenzeit das Gemüse in der Sauce pürieren und etwas einreduzieren.

2. Die Beilagen

Für die Erdäpfeltaler Erdäpfel schälen, schneiden und in Salzwasser kochen. Dann heiß pressen und kurz überkühlen lassen, die Eier einarbeiten und mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

Semmelbrösel auf die Arbeitsfläche streuen und mit einem Löffel Häufchen aus der Erdäpfelmasse daraufgeben. Kurz auf beiden Seiten in die Brösel drücken und Laibchen formen.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und Laibchen auf beiden Seiten goldbraun herausbacken.

Für die Speckbohnen die Bohnen in Salzwasser bissfest kochen. Bündel machen und mit einer Scheibe Speck fixieren. In einer Pfanne etwas Butter erhitzen und die Speckbohnen darin kurz anbraten.

TIPP: Das Fleisch sollte bereits am Vortag mariniert werden, damit sich der Geschmack des Fleisches optimal entwickeln kann.