

POT-AU-FEU



Rezept: Stéphane Reynaud. Vive la France! Christian Verlag 2009 - Foto: compactcook.com

AUFWAND
klein

KOCHDAUER
180 Min.

SAISON
Herbst

HERKUNFT
Frankreich

KURZ VORGESTELLT

Dieser Rindfleisch Eintopf wird vor allem im Norden Frankreichs gekocht. Mit der Bouillon zusammen serviert, heisst er in der Schweiz «Spatz». Ein ähnliches Gericht mit diversen Fleischarten ist der piemontesische bollito misto.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

600 g	Rindfleisch zum Schmoren	2 St	Lauch
1	Bouquet garni	0.5	Weisskohl
2	Zwiebel	2	Markknochen
3	Gewürnelke		Salz
4	Karotte	6	Kartoffeln
4	Weisse Rübe		Grobes Salz

ZUBEREITUNG

1. Das Fleisch in einem grossen Topf mit reichlich Wasser bedecken und zum Kochen bringen. Regelmässig abschäumen.
2. Das Bouquet garni (Kräutersträusschen), die gespickten Zwiebeln und den in Stücke geschnittene Sellerie zugeben und alles 1,5 bis 2 Std. köcheln lassen. Die geschälten Karotten, den zerkleinerten Lauch, den in Stücke geschnittenen Kohl und Markknochen hinzufügen, salzen und den Eintopf eine weitere Stunde garen. Die Kartoffeln separat in Salzwasser kochen.
3. Als Vorspeise die Suppe. Als Hauptgang das Fleisch mit dem Gemüse und den Salzkartoffeln servieren.