

# Sauerbraten

Rezept für 4 Personen

## Zutaten für die Marinade

2 Zwiebeln, 1 Möhre, 1 Stk. Sellerie, 1/4 l Rotweinessig,  
1/4 l Wasser, 1 Lorbeerblatt, 2 Nelken, 3 Wacholderbeeren,  
1 TL Pfefferkörner, 2 Pimentkörner, 1 kg Rindfleisch aus der Keule  
ohne Knochen, Salz, Pfeffer.

Das Fleischstück 3 - 5 Tage vollständig bedeckt in die Marinade  
legen und kühl stellen.

## Zubereitung

Braten nach dem Marinieren gut abtrocknen und in heißem Öl von allen  
Seiten anbraten. Eine gehackte Zwiebel und 2 Möhren (kleingeschnitten)  
dazugeben und mit 1/2 l Wasser oder Wein und ca. 1/8 l Marinade auf-  
füllen.

Ca. 2,5 Std. im geschlossenen Topf garen, öfter wenden, evtl. noch etwas  
Flüssigkeit zugeben. Den Bratensud sieben, eine Platte Kräuter-Printen  
(ca. 200 g) in kleinen Stücken sowie 50 g Rosinen zugeben und etwa  
10 Min. weiter garen. Nach Belieben die Sauce mit Marinade  
abschmecken.

**Bon appétit!**



**Die Printenbäckerei**  
Aachen, am Marschierort • Franzstraße 91  
Telefon (0241) 47 43 50 • [www.printen.de](http://www.printen.de)