

Schmorbraten

1, 5	kg	Braten (Schwein, Rind, Kalb, Lamm)
100	g	Möhre
100	g	Sellerie
100	g	Lauch
300	g	Zwiebeln
1	EL	Tomatenmark
100	ml	Rotwein oder Bier
Salz, Pfeffer, (ggf. Senf bei Schweinebraten)		
1 Lorbeerblatt, 2 Wacholderbeeren, 2 Pimentkörner, 2 Nelken, ca. 10 Pfefferkörner		
Brühe oder Wasser zum auffüllen		

Zubereitung:

- das Gemüse waschen, schälen und walnussgroße Stücke schneiden
- den Schmorbraten kräftig würzen, von allen Seiten scharf anbraten und rausnehmen
- nun das vorbereitete Gemüse-ohne Lauch-braun rösten und das Tomatenmark hinzugeben und auch kurz mitrösten
- wenn alles braun ist, mehrmals mit Wein ablöschen und reduzieren
- den Schmorbraten und die zerdrückten Gewürze hinzugeben, mit Brühe oder Wasser zur Hälfte bis 2/3 auffüllen
- bei geschlossenem Deckel schmoren, bis der Braten gar ist
- in der Zwischenzeit das Fleisch mehrfach wenden und eventuell Flüssigkeit nachgießen, falls diese verkocht ist
- das fertige Fleisch aus dem Topf nehmen, die Soße durch ein Sieb passieren, abschmecken und ggf. mit leicht Mondamin abbinden