

## Braundünsten

Ob Rind, Wild, Lamm, Kalb oder Geflügel, ob im Ganzen, als Schnitzel oder als Ragout, die Technik des Braundünstens ist immer ähnlich.

### Die Zutaten

#### am Beispiel Rindsbraten



Fleisch:

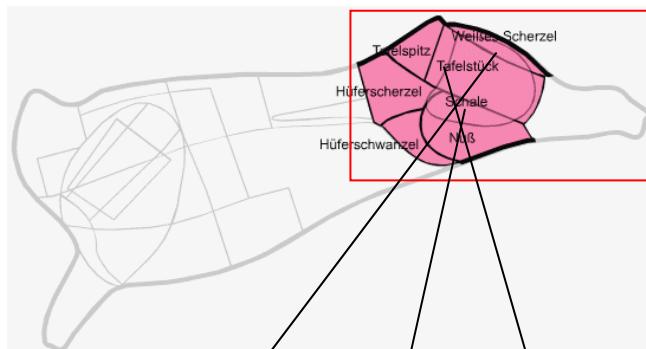
Bouquet garni:

Wurzelgemüse:

Aromaten:

## Fleischteile, die sich zum Braundünsten eignen

Vom Rind eignen sich alle Gustostücke aus dem Knöpfel



Der Ganze hintere „Haxen“ beim Rind heißt „.....“. Beim Kalb und beim Schwein nennt man diesen Teil „.....“.

Die Gustostücke eignen sich besonders gut zum Braundünsten.  
Einige Teile sehen wir uns genauer an.



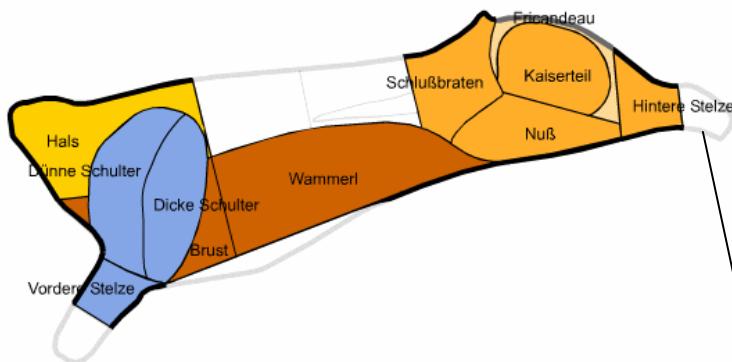
Das **Weißes Scherzel** ist der ideale Fleischteil für den ..... jedoch Vorsicht! Wird das Fleisch zu lange gedünstet, wird es .....

Die **Rindsschale** (Schwarzes Scherzel oder Beinscherzel) eignet sich für .....

Das **Tafelstück** ist besonders zur Zubereitung von .....

geeignet.

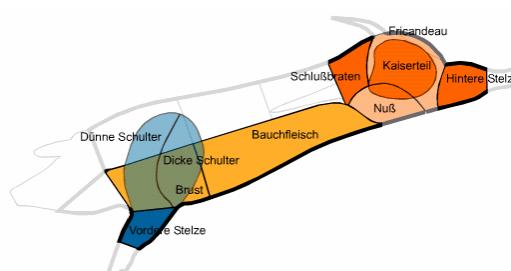
## Vom Kalb



Mit Ausnahme  
Kalbsrückens eignet sich  
nahezu jeder Teil zum  
Braundünsten.  
Ein Altwiener Klassiker  
ist die ausgelöste  
Kalbsstelze, im  
Fachjargon  
genannt.



## Vom Schwein, Lamm und Wild



Hier sieht es ähnlich aus wie beim Kalb.  
Braungedünstet kann nahezu alles  
werden. Die Teile aus dem Rücken  
eignen sich weniger, da diese sehr leicht  
trocknen werden.

Unterschiedlich ist nur die Würzung:  
**Zähle die passenden Gewürze auf!**  
**Für**  
**Schwein**.....

**Lamm:** .....

**Wild:** .....

## Die Zubereitung: Am Beispiel Rindsbraten

### Vorbereitung und Fachliches



#### Brauner Fond:

Zum Aufgießen des Rindsbratens wird im Idealfall  
.....verwendet  
Ersatzweise kann auch mit  
.....  
aufgegossen werden.



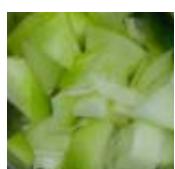
#### Spicken:

Selchspeck in Streifen schneiden und leicht  
anfrieren.  
Rindfleisch parieren und mit den Speckstreifen  
..... zur Faser spicken.  
Mit dem Ausbeinmesser werden Löcher  
gestochen, durch die der Speck entweder mit der Spicknadel oder mit der  
Hand in das Fleisch geschoben wird.

### Mirepoix



.....schneiden.



Zwiebel schälen und ebenfalls mirepoix schneiden.

### Bouquet garni

Lauch halbieren und waschen.



Das Kräutersträußchen bestehend aus:

## Zubereitung:



Fleisch mit ..... würzen und in ..... anbraten. Wenn das Fleisch an allen Seiten Farbe genommen hat, aus dem Topf nehmen und warm stellen.



Das ..... im Bratenrückstand anrösten.



Wenn dies Farbe angenommen hat, ..... beifügen und weiter rösten.



Dann das Tomatenmark beifügen und solange rösten bis ..... färbt.



Mit ..... deglacieren; das ist der Fachausdruck für ..... und mit ..... aufgießen, aufkochen, das Fleisch einlegen und zudecken.



Anschließend im Backrohr bei 180 Grad zugedeckt weich dünsten, dabei immer wieder das Fleisch .....



Eine Stunde vor Beendigung des Garvorganges ..... beifügen und das Fleisch weiter dünsten bis es weich ist.



Die gesamte Garzeit beträgt je nach Größe und Qualität des Fleisches etwa .....



Danach Fleisch herausnehmen, die Sauce abseihen und binden.  
Wie kann man diese Sauce binden?

Die so entstandene Sauce nennt man Sauce .....

Arbeitsblatt Peter Kirischitz© Fotos Alex Hartl

Rindsbraten in dünne Tranchen schneiden und mit der Sauce nappiert servieren.

Tipp: Das beste Fleisch für den Rindsbraten ist das "Weiße Scherzel", aber Vorsicht! Ein wenig zu lange gedünstet wird es trocken und bröselig. Ungeübte nehmen besser das Hieferscherzel oder das Tafelstück.

## Einige Ableitungen

**Versuche es mit der Beschreibung von Rindsragout in Rahmsauce  
Die Technik bleibt dieselbe!**

**Die Zutaten:**

Fleisch:

Bouquet garni:

Wurzelgemüse:

Aromaten:



Binden:

1/8 Liter Schlagobers  
1/4 Liter Sauerrahm  
40 g glattes Mehl



**Zubereitung:**

