



BÖHMISCHER LENDENBRATEN

Zutaten:

1,5kg Rinderfilet oder falsches Filet
Öl zum Braten
700g Wurzelgemüse (Möhren, Sellerie, Petersilienwurzel oder Pastinake)
1 grosse Zwiebel
8 Pfefferkörner, 8 Pimentkörner, 4 Wacholderbeeren, 5 Lorbeerblätter
1 Messerspitze gemahlene Ingwer
Thymian,
0,5 l Rinderbrühe oder fertige Brühe
1 Becher Sahne
1 Becher Creme Fraiche oder Schmand
2 EL Mehl
Zitronensaft und Salz zum Abschmecken,
Preiselbeerkompott

Zubereitung:

Das Gemüse schälen und klein schneiden. Das Fleisch von allen Seiten in heissem Öl anbraten, aus dem Topf nehmen und beiseite legen. Im gleichen Topf das Gemüse, Pfefferkörner, Pimentkörner, Wacholderbeeren und Lorbeerblätter anbraten, bis es anfängt "zu riechen". Das Fleisch wieder auf das Gemüse legen. Salzen und würzen. Etwas Brühe dazu geben und zugedeckt schmoren lassen. Das Fleisch ab und zu wenden und mit dem Saft übergießen. Bis es fertig ist dauert es (je nach Fleischgröße) etwa eine Stunde. Körner und Lorbeerblätter aus der Soße entfernen und die Soße pürieren. Sahne, Creme Fraiche oder Schmand mit dem Mehl verrühren und die Soße damit verdicken. Alles noch einmal kurz durchkochen lassen. Am Ende schmeckt man mit ein paar Tröpfchen von Zitronensaft und Salz ab. Der Braten wird serviert mit Semmelknödel_ oder mit Böhmisches Knödel, einer Zitronenscheibe und mit Preiselbeerkompott.