

Braten Rezepte

Bärenbraten

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Fleischgerichte, Gemüse

800 g Barenfleisch	4 Essl. Schweineschmalz
500 g Suppenknochen	1 Essl. Mehl
1 Karotte	2 Essl. Paniermehl
1 Zwiebel	1 Ei
1 Petersilienwurzel	Salz
1 Selleriescheibe	Pfeffer
Marinade	
1 Liter Essig	10 Schwarze Pfefferkörner
6 Lorbeerblätter	20 Wachholderbeeren
1 Zwiebel	

Für die Marinade Essig mit Zwiebelscheiben und Gewürzen aufkochen. Gewaschenes Fleisch in ein Porzellan- oder Keramikgefäß legen, mit der heißen Marinade übergießen und drei Tage kühl stellen. Mehrmals wenden.

Fleisch aus der Marinade nehmen und in einen Bräter legen. Zerkleinertes Gemüse in etwas Schmalz anbraten und darüber füllen. Die gewaschenen Suppenknochen mit Wasser und Marinade (zu gleichen Teilen) auskochen, abseihen und die Brühe über das Fleisch gießen.

Zugedeckt auf kleiner Flamme 5 bis 6 Stunden dünsten. Verdampfte Flüssigkeit mit Wasser und Marinade ergänzen.

Das abgekühlte Fleisch in Scheiben schneiden, in Mehl, verquirltem Ei und Paniermehl wenden und im restlichen Schweineschmalz wie Schnitzel braten.

Dazu serviert man mariniertes Gemüse oder eingelegte Früchte.