

Kusis Rindsbraten

für 4 Personen

100 g	Speck (eher fett)
800 g	Rindsbraten
2-3 EL	Mehl
...	Salz und Pfeffer
1	Zwiebel
1	Knoblizehe
1	Rüebli
2 Stangen	Sellerie
3 EL	Olivenöl
2-3	Nelken
1	Lorbeerblatt
...	Kräuter (Thymian, Majoran)
2 dl	Rotwein

Den Speck in schmale Streifen schneiden. Kleine Taschen in den Braten schneiden und diese mit den Speckstreifen füllen. Den Braten pfeffern und leicht salzen, dann tüchtig im Mehl wenden. Mit Küchenschnur zusammenbinden, damit er eine schöne Form erhält.

Die Zwiebel und den Knoblauch grob hacken. Das Rüebli und die Selleriestangen in grobe Stücke schneiden.

In einem Schmortopf das Öl erhitzen und den Braten allseitig kräftig anbraten. Dann aus dem Topf nehmen und die Hitze reduzieren. Das Gemüse in den Topf geben und 5 Minuten anbraten.

Allfalls restliches Mehl und etwas Öl begeben und kurz durchziehen lassen. Nelken, Lorbeerblatt und Kräuter dazugeben. Den Braten wieder in den Topf geben.

Mit dem Rotwein ablöschen, dann soviel Wasser begeben, dass der Braten halb in der Sauce ist. Deckel drauf und Hitze ziemlich kleinstellen. 1½ bis 2 Stunden simmern lassen und den Braten alle 30 Minuten wenden. Am Schluss bei Bedarf nachsalzen.