

## 40 Tage eingelegtes Rindfleisch

40 Tage eingelegtes Rindfleisch hatte ich vor beinahe 50 Jahren beim Surfen am Gardasee im „Alla Grotta“ in Arco schätzen gelernt. Auf meine Bitte hin habe ich vom Restaurant im Frühjahr 2014 das Rezept erhalten. In Italien wird das Fleisch aus einer Rinderkeule geschnitten und heißt „Carne salada“, das Originalrezept stammt von der Trattoria Pie' di Castello in Cologna di Tenno.

Auch die koreanische Küche kennt eingelegtes Rindfleisch es wird „Sogogi Janghorim“ genannt, es ist dort jedoch kein Fleisch-Hauptgericht.



Das folgende Rezept ist eine Symbiose aus beiden Rezepten, welches für unsere Belange optimiert wurde.

### **Die Zubereitung teilt sich in folgende Arbeitsabschnitte auf:**

- A.** Zubereitung der Beize
- B.** Zubereitung Essigwasser
- C.** Fleischscheiben keimfrei machen
- D.** Vorbereitung und Einlegen des Fleisches
- E.** Fertigmachung zur Lagerung
- F.** Braten der Rindfleischscheiben

Wegen des doch beachtlichen Aufwands ist es sinnvoll gleich eine größere Menge Fleisch entsprechend vorzubereiten, ob wir dies für 500 g oder für 3 kg machen ist fast der selbe Aufwand.

Wir verwenden hierfür Rindsrouladen (Rinderbrust), diese haben auch die richtige Dicke. Es ist von Vorteil, wenn wir warten bis es diese im Angebot gibt, so lässt sich einiges sparen.

Wir fangen mit der Beize und dem Essigwasser an:

**A. Zutaten Beize** für ca. 1kg Fleisch

0,3l Wasser

0,3 l kräftiger trockener Rotwein

0,1 l Sojasoße

1 TL Sambal Oelec oder Pfefferschote klein gehackt

3 Knoblauchzehen in Scheiben geschnitten

1 mittelgroße Zwiebel gewürfelt 5 x 5 mm

2 Lorbeerblätter

5 Wacholderbeeren

5 Ingwerscheiben

6 Pfefferkörner

2 Nelken

2 EL Zucker

1 TL Salz

**A. Zubereitung der Beize**

Ein sehr wichtiger Punkt ist, dass alle Zutaten vor dem Beizen / Einlagern keimfrei gemacht werden damit diese über die lange Dauer des Beizens nicht Schimmeln, was das Fleisch unbrauchbar machen würde!

1. alle Beizzutaten in einen Topf geben und 5 min. köcheln, damit die Beize keimfrei wird.  
Die Beize vor der Weiterverarbeitung unbedingt abkühlen lassen
2. wir teilen jede Roulade in etwa 3 – 4 gleichgroße Stücke von ca. 15 X 10 cm

**B. Zutaten fürs Essigwasser**

0,2 l kaltes Wasser

0,2 l Weinessig

Küchenrolle

**B. Zubereitung Essigwasser**

3. 0,2 l kaltes Wasser und 0,2 l Weinessig vermischen

**C. Fleischscheiben keimfrei machen**

4. die Fleischscheiben legen wir in das Essigwasser und massieren dies in die Fleischoberfläche ein
5. anschließend trocknen wir die Fleischscheiben mit Küchenkrepp ab, damit ist das Fleisch von anhaftenden Keimen befreit!

#### **D. Vorbereitung und Einlegen des Fleisches**

6. wir nehmen zwei große Gefrierbeutel, legen diese ineinander damit sind sie etwas stabiler
7. geben die Fleischscheiben rein, so dass diese einzeln und nicht als Block liegen und die Beize das Fleisch so gut umschließen kann
8. wir füllen einen Teil der kalten Beize ein
9. drücken die Luft aus dem Gefrierbeutel und verschließen diesen mit einem Verschlussclip

#### **E. Lagerung**

Der Reifungsprozess des Beizens dauert einige Zeit, in unserem Fall sind dies 40 Tage.

10. wir beschriften den Beutel mit dem aktuellen Datum und mit „Lagern bis xxx“
11. Den Gefrierbeutel mit Inhalt lagern wir bei einer Temperatur um die 7°C in der Gemüseschale im Kühlschrank, wo das Fleisch am wenigsten stört
12. wir machen uns in einem Kalender eine Notiz damit wir nicht vergessen das Fleisch rechtzeitig zu verarbeiten

#### **F. Zutaten zum Braten**

Erdnussöl

Salz

Pfeffer frisch gemahlen

#### **F. Braten der Rindfleischscheiben**

13. wir nehmen das gelagerte Fleisch oder nur ein Teil davon aus dem Kühlschrank und gießen die Beize, wenn wir alles Fleisch entnommen haben über ein Sieb in einen Topf
14. das abgetropfte Fleisch tupfen wir mit Küchenkrepp trocken, wenden es in Mehl, was beim Braten dem Fleisch eine goldbraune Farbe verleiht und streuen etwas Puderzucker darüber, was für einen karamellartigen Geschmack sorgt

**Tipp:** Ideal ist es wenn wir zum Braten einen geriffelten Kontaktgrill verwenden was appetitliche Streifen auf das Fleisch zaubert. Aber eine Pfanne oder Grillplatte geht auch. Wenn das Fleisch 40 Tage gereift ist, ist

*es ganz mürb und liegt „von alleine“ in der Pfanne.*

- 15.** wir pinseln es mit etwas Erdnussöl ein und legen jeweils nur wenige Scheiben auf den Grill oder in die Pfanne. Keinesfalls dürfen mehrere Fleischscheiben übereinander gelegt werden
- 16.** die Fleischscheiben braten wir zuerst von der einen, dann von der anderen Seite 1 - 2 Minuten und lassen diese auf der Stelle schmoren
- 17.** anschließend salzen wir die Fleischscheiben und servieren diese mit wenigen Beilagen, z.B. frisch gehobeltem Weißkraut mit Salz und Pfeffer gebeizt oder nur etwas Baguette oder einem Pilz-Zucchini Gemüse mit handgeschabten Spätzle

**Hinweis:** *Ob die Rindfleischscheiben nun 30 oder 40 Tage eingelegt sind, macht sich im Geschmack nur gering aber in der Zartheit bemerkbar! Die doch etwa einen Zentimeter dicken Rindfleischscheiben sind nach der Lagerung nur etwa 1/3 so dick und sehr zart.*

*Die abgeseite Beize eignet sich vorzüglich für die Zubereitung einer geschmackvollen Soße. Diese hierfür auf kleiner Flamme reduzieren und mit Salz, Sojasoße und Portwein abschmecken. Kartoffelmehl mit etwas Wasser kalt anrühren, zugeben und kurz aufkochen.*