

## 1/6 Geschmorte Ochsenbackerl

Dauer: Aufwändig    Kategorie: Hauptspeisen    Saison: Ganzjährig    Für: 4 Personen



### Zutaten

1-2	Backerl je nach Größe
2-3 L	Jus
	Rosmarin nach Belieben

**Verfasst von:** Andreas Kirchgasser

### Zubereitung

1. Ochsenbackerl in einem Topf mit etwas Öl auf beiden Seiten scharf anbraten.
2. Nach ca. 2 Stunden einen Test mit einer Fleischgabel machen.  

Wenn das Backerl von der Gabel runterrutscht, ist es fertig.
3. Danach Fertigstellung des Jus laut Rezept. Am besten mit einem frischen Rosmarinweig verfeinern.

### Info

[Rezept zum Genusstagebuch #53](#)

## 2/6 Rinder-Jus

Dauer: Aufwändig    Kategorie: Hauptspeisen    Saison: Ganzjährig    Für: 4 Personen



**Verfasst von:** Andreas Kirchgasser

### Zutaten

2-3 L	Rindssuppe
4-5 STUECK	Rinderknochen
1/2	Sellerie
3	Karotten
1	Petersilienwurzel
2 EL	Tomatenmark
	Pfefferkörner
	Lorbeerblätter
	Wacholderbeeren
	Rotwein zum Ablöschen
	Maizena oder Mehl zum Binden

### Zubereitung

1. Zuerst die Knochen im Ofen bei 180C° braun rösten.
2. Das klein gewürfelte Wurzelgemüse anrösten (Zwiebel und Lauch noch nicht) bis es goldbraun ist.
3. Danach den Lauch und die Zwiebel zugeben und mitrösten, mit Tomatenmark weiterrösten.
4. Lorbeerblätter, Wacholderbeeren und Pfefferkörner zugeben.
5. Mit Rotwein 2-3 mal ablöschen. Knochen beimengen, mit Rindssuppe oder Gemüsefond aufgießen und 6-8 Stunden köcheln lassen.
6. Abseihen und mit Maizena oder einer Mehlbutter bis zur gewünschten Konsistenz eindicken.

Wenn man etwas in dem Jus schmort, diesen Schritt erst nach dem Schmorvorgang machen.

## 3/6 Bresaola

Dauer: Aufwändig    Kategorie: Hauptspeisen    Saison: Ganzjährig    Für: 4 Personen



### Zutaten

.....  
4  
SCHEIBEN    Bresaola Schinken  
.....

**Verfasst von:** Andreas Kirchgasser

### Zubereitung

1. Den Ofen auf 170C° Ober- und Unterhitze vorheizen.
2. Die Scheiben auf ein Backpapier geben, beidseitig mit dem Backpapier abdecken und mit einem Topf einschweren.
3. Ca. 10 Minuten im Ofen zu Chips braten.
4. Aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen, danach den Chip als Dekoration verwenden.

## 4/6 Filetsteak

Dauer: Aufwändig    Kategorie: Hauptspeisen    Saison: Ganzjährig    Für: 4 Personen



### Zutaten

.....	
4	kleine Rinderfilets
.....	
	Butter zum Anbraten
.....	
	Salz
.....	
	Pfeffer
.....	
	Rosmarin
.....	

**Verfasst von:** Andreas Kirchgasser

### Zubereitung

1. Filetsteaks mit Salz und Pfeffer würzen.
2. In einer Pfanne mit Butter und einem Zweig Rosmarin anbraten, dabei immer mit Butter übergießen.

## 5/6 Polentaeckerl

Dauer: Aufwändig    Kategorie: Hauptspeisen    Saison: Ganzjährig    Für: 4 Personen



### Zutaten

1 TASSE	Polenta
1 1/2 TASSEN	Wasser
1/2 TASSE	Schlagobers
	Salz
	Muskatnuss
	Pfeffer nach Belieben
	Mehl zum Panieren
	Eier zum Panieren
	Semmelbrösel zum Panieren
	Butterschmalz zum Frittieren

**Verfasst von:** Andreas Kirchgasser

### Zubereitung

1. Polenta in einen Topf geben.
2. Mit Wasser und Schlagobers vermengen und zum Köcheln bringen. Ca. 1-2 Minuten unter ständigem Rühren kochen lassen.
3. Salz, Muskatnuss und Pfeffer zugeben und vermengen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech streichen.
4. Das Blech in den Kühlschrank stellen und auskühlen lassen.
5. Eckerl rausschneiden, panieren und herausfrittieren.

## 6/6 Süßkartoffelcreme

Dauer: Aufwändig    Kategorie: Hauptspeisen    Saison: Ganzjährig    Für: 4 Personen



### Zutaten

1-2	Süßkartoffeln
100-150 ML	Schlagobers
1 EL	Oliveöl
ETWAS	Zimt
	Salz

**Verfasst von:** Andreas Kirchgasser

### Zubereitung

1. Süßkartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden.
2. Die geschnittenen Süßkartoffeln in einen Kochbeutel oder Vakuumsack geben.
3. Die Süßkartoffeln ca. 45 Minuten dämpfen, anschließend das angesammelte Wasser ablassen.
4. In einen Mixer geben und mit Sahne und den Gewürzen cremig mixen.