



Ochsenschwanz schmoren leicht gemacht: Das beste Slow-Food Rezept

Mein geschmorter Ochsenschwanz mit cremigem Kartoffel-Kürbispüree ist ehrliches Slow-Food, das formförmlich auf der Zunge zergeht. Mit meinen Profi-Tipps wird das Fleisch garantiert butterweich und die Sauce ganz natürlich herrlich sämig.

Kochutensilien

- Bräter
- Kartoffelstampfer

Zutaten

Für den Ochsenschwanz:

- 8 dicke Scheiben Ochsenschwanz (am besten beim Metzger vorbestellen)
- 250 g Schalotten
- 2 EL Tomatenmark
- 1 TL brauner Zucker
- 200 ml roter Portwein
- 200 ml trockener Rotwein
- 500 ml Rinderfond (oder Gemüsefond)
- 1 EL Butterschmalz
- 1 Zimtstange
- 1/4 TL schwarze Pfefferkörner
- 1 Gewürznelke
- Salz & frisch gemahlener Pfeffer

Für das Kartoffel-Kürbispüree:

- 4 Kartoffeln (vorwiegend festkochend)
- 300 g Butternusskürbis
- 20 g Butter
- 20 ml Sahne
- Frisch geriebene Muskatnuss
- Salz & Pfeffer

Für die Steinpilze:

- 200 g frische Steinpilze (alternativ Kräuterseitlinge)
- etwas Butterschmalz zum Anbraten
- 1 Zweig frischer Thymian
- Salz & Pfeffer



Zubereitung

Schritt 1 Fleisch anbraten:

Den Backofen auf 180° C Umluft vorheizen. Die Ochsenschwanzscheiben leicht salzen. Das Butterschmalz in einem großen, ofenfesten Bräter erhitzen und das Fleisch von allen Seiten kräftig anbraten. Das Fleisch herausnehmen und kurz beiseitestellen.

Schritt 2 Saucen-Basis ansetzen:

Die Schalotten schälen, im heißen Bratfett hellbraun anbraten und mit dem braunen Zucker leicht karamellisieren. Tomatenmark dazugeben, kurz mitrösten und mit dem Portwein ablöschen. Den Portwein unter gelegentlichem Rühren einkochen lassen.

Schritt 3 Auffüllen & Schmoren:

Sobald der Portwein einreduziert ist, mit Rotwein ablöschen und dem Fond auffüllen. Die Ochsenschwanzscheiben zusammen mit Zimtstange, Pfefferkörnern und Nelke zurück in den Bräter geben. Alles kurz aufkochen, Deckel drauf und ab in den Ofen.

Schritt 4 Geduld bringt Zartheit:

Nach 1 Stunde Schmorzeit die Ofentemperatur auf 110° C reduzieren. Den Ochsenschwanz weitere 2 bis 3 Stunden sanft weiterschmoren lassen. *(Mein Tipp: Stich mit einem kleinen Messer in die dickste Stelle des Fleisches. Geht das Messer hinein wie in weiche Butter, ist das Fleisch perfekt!)*

Schritt 5 Püree zubereiten:

Kartoffeln und Kürbis schälen, in kleine Stücke schneiden und in etwas Salzwasser weichkochen. Das Wasser abgießen und beides durch eine Kartoffelpresse drücken. Butter und Sahne in einem kleinen Topf heiß werden lassen (nicht kochen) und mit einem Schneebesen zügig unter die Masse rühren. Mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken.

Schritt 6 Pilze braten & Anrichten:

Die Steinpilze putzen und im Butterschmalz anbraten. Den Thymianzweig dazugeben, durchschwenken und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Püree mittig auf tiefen Tellern platzieren. Den Ochsenschwanz mit reichlich der köstlichen Sauce darum anlegen und die Pilze obenauf drapieren. Genießen!