

## Sauerbratengeschnetzeltes mit Feldsalat in Printen-Dressing

Spitzenkoch Björn Freitag hat sich etwas ganz Besonderes überlegt. Es gibt Rheinischen Sauerbraten aber als Geschnetzeltes mit Bandnudeln und einem super leckeren Feldsalat in Printen-Dressing. Unbedingt ausprobieren!



Die Mengenangaben des Rezeptes sind zugeschnitten auf eine Mahlzeit für vier Personen.

### Zutaten für den Einlegefond (Beize):

- 400 ml Wasser
- 200 ml Rotweinessig
- 3 Schalotten
- 1 Möhre
- 5 Wacholderbeeren, angedrückt
- 5 Gewürznelken
- 3 Lorbeerblätter
- 1 EL Senfkörner
- 1 TL Pfeffer, gemahlen
- 1 TL Piment, gemahlen
- 2 EL Zucker

**Zutaten für den Sauerbraten:**

- 700 g Rinderbraten z.B. aus der Keule
- 2 EL Rapsöl
- 1 rote Zwiebel
- 1 Pastinake
- 1 Möhre
- 250 ml Rotwein
- 150 ml Einlegefond/Essigsud
- Salz und Pfeffer
- 1 EL Rübenkraut
- 3 EL Rosinen oder Sultaninen
- Speisestärke

**Zutaten für die Bandnudeln:**

- 400 g Bandnudeln
- Salz
- 2 EL Butter
- 3 EL Paniermehl

**Zutaten für Salat und Dressing:**

- 2 Hände Feldsalat
- 80 g geschälte Haselnüsse
- 6 Maronen, küchenfertig
- 2 EL Olivenöl
- 2 EL Rapsöl
- Saft einer Orange, frisch gepresst
- 50 g Printen natur
- Salz und Pfeffer

**Besondere Utensilien:**

- Große Schmorpfanne mit Deckel
- Standmixer

**Zubereitung:**

- **Für die Beize** die Zwiebel und Möhre schälen und in grobe Stücke schneiden.
- Essig und Wasser in einer großen Schale mischen, Zwiebel und Möhren sowie alle Gewürze hineingeben.
- Fleisch in grobe Streifen schneiden und in den Sud legen, es muss komplett bedeckt sein. Gegebenenfalls noch etwas Essig und Wasser zufügen.

- Alles einmal umrühren, dann Schale mit Folie oder einem Teller abdecken und das Fleisch über Nacht im Kühlschrank marinieren.
- Am nächsten Tag das Fleisch aus dem Sud nehmen und mit Küchenkrepp abtupfen, anhaftende Gewürze gegebenenfalls entfernen. Sud aufheben.
- **Das Geschnetzelte** in einer Pfanne in Öl rundherum scharf anbraten. Hinweis: Es kann sein, dass es zunächst viel Flüssigkeit verliert, einfach weiter braten lassen, bis der Sud in der Pfanne reduziert ist. Das kann zehn Minuten dauern.
- Schmorgemüse derweil putzen und in sehr grobe Stücke schneiden, dann mit dem Fleisch zusammen rösten.
- Mit Rotwein ablöschen und den Sud erneut reduzieren lassen.
- Mit Salz und Pfeffer würzen.
- Essigsud dazugeben, Pfanne mit einem Deckel abdecken und das Sauerbratengeschnetzelte etwa eine halbe Stunde schmoren lassen.
- **Feldsalat** putzen, waschen und trockenschleudern.
- Haselnüsse in einer Pfanne ohne Fett rundherum rösten, dann beiseitestellen.
- Alle Zutaten für das Dressing in einen Mixer geben und pürieren. Gegebenenfalls etwas Wasser zufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- **Bandnudeln** nach Packungsangabe kochen.
- Butter in einer Pfanne schmelzen lassen, Paniermehl hinzufügen und alles gut mischen.
- Nudeln aus dem Wasser in die Pfanne geben und in der Pfanne schwenken.
- Nach Ablauf der halben Stunde Rübenkraut und Rosinen in die Soße geben.
- Deckel auflegen und alles weitere 15 bis 20 Minuten schmoren, bis das Fleisch schön mürbe ist. Zwischendurch testen, ob das Fleisch schon fertig ist, denn je nach Größe der Fleischstücke und der Fleischart gibt es unterschiedliche Garzeiten.
- Gemüse aus der Pfanne nehmen, bei Bedarf etwas Speisestärke in kaltem Wasser anrühren und die Soße damit binden.
- Soße nochmals aufkochen lassen und erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Nudeln auf Tellern verteilen und das Geschnetzelte darüber geben.
- Salat mit dem Dressing marinieren und in einer Schale dazu reichen oder ebenfalls auf dem Teller anrichten. Nüsse darauf verteilen und alles aufessen – **Mahlzeit!**