

Stadt, Land, Lecker | Geschmorte Ochsenbäckle im Trollingersößle mit Spätzle und Süßkraut

Zutaten für 4 Personen

Für die Ochsenbäckle:

- 1,2 - 1,5 kg Ochsenbacken
- 100 ml Öl
- 1 Zwiebel
- 1 Karotte
- ½ Stange Lauch
- ¼ Sellerie
- 1 EL Tomatenmark
- 500 ml Trollinger (Rotwein)
- 250 ml Rinderbrühe
- 1 Lorbeerblatt
- Senf
- eventl. Stärke
- Pfefferkörner
- Thymian
- etwas Rosmarin
- Salz
- Pfeffer

Für die Spätzle:

- 500 g Mehl
- 5 Freiland-Eier
- 250 ml Wasser
- 1 Prise Salz
- Muskatnuss
- 1 Liter Wasser, leicht gesalzen

Für das Süßkraut:

- ½ Kopf Weißkraut
- 1 Zwiebel
- 1 Apfel
- 300 ml hausgemachter Most
- 100 ml Rinderbrühe
- 4 EL Schmalz
- 2 EL Zucker
- 2 EL Mehl
- 1 TL Kümmel
- Salz

- Pfeffer

Zubereitung:

Ochsenbacken mit Salz und Pfeffer würzen. In Öl scharf anbraten, aus der Pfanne nehmen und etwas ruhen lassen.

Für die Soße das Gemüse putzen, in Würfel schneiden und in der Fleischpfanne mit Tomatenmark zusammen anrösten. Mit Trollingen ablöschen und etwas reduzieren lassen.

Die Backen mit Senf einreiben und eventl. nochmal nachwürzen. Das Fleisch in den Weinsud geben und mit Brühe auffüllen. Lorbeer und Pfefferkörner dazugeben. Die Ochsenbacken ca. 3 Stunden mit geschlossenem Deckel schmoren lassen.

Für die Spätzle Mehl in eine Schüssel geben und mit Salz und Muskat vermengen. Eier zugeben und mit einem Teil des Mehls verrühren. Dann nach und nach das Wasser einrühren. Den Teig so lange mit dem Kochlöffel kräftig rühren, bis der Teig Blasen schlägt. Er darf nicht zu dünn oder zu dick sein und muss vom Löffel reißen.

Den Teig nach und nach auf das Spätzlebrett geben und mit einem Messer oder Schaber in kochendes Salzwasser hineinschaben. (Hier kann alternativ eine Spätzlepresse verwendet werden.) Die Spätzle sind fertig, wenn sie an die Oberfläche steigen. Dann in kaltem Wasser abschrecken und zur Seite stellen.

Für das Süßkraut die äußeren Blätter des Krauts entfernen, vierteln und den Strunk heraustrennen. Den Kohl in feine Streifen schneiden. Zwiebel und Apfel schälen und würfeln. Zucker mit Schmalz in einem Topf karamellisieren. Zwiebel- und Apfelwürfel hinzufügen und anbraten. Danach die Krautstreifen hineingeben und gut untereinander rühren. Kümmel zufügen und anrösten. Nun Mehl über das Kraut stäuben und stark anbraten - es darf ruhig ankrusten. Dann schluckweise mit Most und Brühe ablöschen und das Angekrustete damit ablösen. Das Kraut mit Salz und Pfeffer würzen und bei regelmäßigem Umrühren ca. 1 Stunde köcheln.

Frischen Thymian und Rosmarin zum Bratensaft geben. Die Backen herausnehmen und warm halten. Die Soße abschmecken, reduzieren und bei Bedarf binden. Die fertige Soße durch ein Sieb geben und das Fleisch wieder in der Soße erwärmen.

Die Spätzle vor dem Servieren in der Pfanne mit etwas Butter schwenken.

Rezept: Christine Seeger

Quelle: Stadt, Land, Lecker vom 26.08.2017