



pot-au-feu

frz. Fleisch-Eintopf

pot-au-feu ist nicht mit deutschem Eintopf zu vergleichen.
Prinzip ist das Garen verschiedener Fleischstücke in einer würzigen Brühe,
wobei Fleisch, Gemüse und Brühe getrennt voneinander serviert werden.

côte de bœuf, 1 tranche
600 g de paleron
6 os à moelle
1 queue de bœuf
2 poireau
½ botte de céleri branche
5 navets
500 g carottes
5 oignons
3 clous de girofle
2 gousses d'ail
1 bouquet garni
1 c. à c. de poivre en grains
sel

Suppenfleisch, eine Scheibe Hohe Rippe ca. 750 g
600 g Rinderschulter
6 Markknochen
1 Ochsenchwanz
2 poireau
½ Staudensellerie
5 weiße Rübchen
500 g Möhren
5 Zwiebeln
3 Nelken
2 Knoblauchzehen
1 Kräuterstrauß
1 TL Pfefferkörner
Salz

Découpez les légumes en morceaux de 2 cm, coupez les carottes en longueur puis en tronçons de 3 cm.
Laissez un oignon entier et y piquer des clous de girofle.
Mettez du gros sel sur les extrémités de chaque os à moëlle. Laissez les gousses d'ail **en chemise**.

Dans une grande cocotte **placez** les pièces de bœuf entière, la queue et les os, puis tous les légumes et le bouquet garni. Salez, poivrez et couvrez d'eau froide. Portez à ébullition et laissez cuire à feu moyen pendant 3 heures en **écumant régulièrement**.
Au terme de la cuisson, retirez la viande et les légumes de la marmite et mettez-les dans un plat au chaud.

Versez le bouillon dans **une soupière**
Ajoutez les os dans le plat de viandes et légumes.
Servez le pot-au-feu et le bouillon en même temps.
Servez le bouillon dans des assiettes creuses avec des tranches de pain rassis **frottées à l'ail** ou grillée et frottées à l'ail coupées en morceaux au fond de l'assiette
Puis **dégustez la moëlle** des os sur du pain avec du sel et du poivre.
Et dégustez les viandes avec les légumes du bouillon, **accompagnez** de mayonnaise et de moutarde.

Schneiden Sie die Gemüse in etwa 2-cm-Stücke, schneiden Sie die Karotten längs durch und in Stücke von 3 cm. **Lassen Sie eine Zwiebel ganz** uns spicken Sie sie mit Nelken.

Geben Sie grobes Salz auf die offenen Enden der Markknochen. Lassen Sie die Knoblauchzehen **unabgezogen**. (wörtlich: „im Hemd“)

Setzen Sie in einen großen Kochtopf die Fleischstücke, den Ochsenchwanz, Knochen und dann die Gemüse und den Kräuterstrauß. Salzen und pfeffern Sie, bedecken Sie alles mit kaltem Wasser. Kochen Sie bei mittlerer Hitze 3 Stunden, dabei **regelmäßig abschäumen**. Am Ende der Kochzeit nehmen Sie das Fleisch und die Gemüse heraus und arrangieren alles auf einer vorgewärmten Platte.

Gießen Sie die Bouillon in **eine Suppenschüssel**.

Servieren Sie Fleisch Gemüse und Bouillon gleichzeitig. Servieren Sie Bouillon in tiefen Tellern, begleitet von geröstetem und **mit Knoblauch abgerie-** **benem Brot**.

Oder legen Sie gegrilltes mit Knoblauch eingeriebenes Brot in Stücken auf den Boden des Tellers.

Probieren Sie das Rindermark auf Brot mit Salz und Pfeffer.

Und probieren Sie die Fleisch- und Gemüsesorten aus der Brühe **begleitet von** Majonäse und Senf.



Das Wörterbuch

Übersetzen Sie französische Rezepte mit Hilfe dieses Wörterbuches!

ISBN 978-3-8370-5285-5 18,00 €(D)

Das Kochbuch

Kochen Sie Ihr französisches Lieblingsgericht mit diesem Kochbuch!

ISBN 978-3-8391-8856-9 9,90 €(D)

