

Rindfleisch in Guinness

Beef in Guinness

Das Guinness in diesem Rezept erfüllt den gleichen Zweck, wie der Wein im Coq Au Vin - die Säure und die Flüssigkeit, kombiniert mit dem langsamen Kochen, machen das etwas zähe, aber wohlschmeckende Fleisch zarter.

- 1 kg Rinderhaxe
- 2 große Zwiebeln
- 6 mittelgroße Möhren
- 2 EL gewürztes Mehl
- etwas Fett oder Rinderschmalz
- 250 ml Guinness und Wasser (gemischt)
- etwas Petersilie

(für 4 Personen)

Rindfleisch in Stücke schneiden, Zwiebeln und Möhren schälen und kleinschneiden. Rindfleisch im Mehl wenden und rasch in heißem Fett anbräunen. Nehmen Sie das Rindfleisch heraus und braten Sie die Zwiebeln, bis sie glasig sind. Geben Sie das Rindfleisch, zusammen mit den Möhren und der Flüssigkeit wieder dazu. Kurz aufkochen, zudecken und bei niedriger Hitze eineinhalb bis zwei Stunden köcheln lassen. Achten Sie darauf, daß stets genügend Flüssigkeit vorhanden ist, und füllen Sie, wenn nötig, ausreichend nach. Mit gehackter Petersilie bestreuen und als Beilage gekochte Kartoffeln servieren.

