Aurélie Bastian
FRANZÖSISCH KOCHEN

Rezept online aufrufen



BOEUF BOURGUIGNON

ZUBEREITUNG: 45 MIN. · KOCHZEIT: 2,5 STUNDEN

Als ich überlegte, was mein erstes herzhaftes Gericht sein sollte, dachte ich an meine Mama und natürlich an Boeuf Bourguignon, ihre Spezialität (und die vieler französischer Mütter). Es ist eines der traditionellsten Familiengerichte in Frankreich.

Was ist Boeuf Bourguignon?

Boeuf Bourguignon, also Rindfleisch Burgunder Art ist eine Art Gulasch oder Schmorbraten mit Burgunderwein, der mindestens 2 Stunden schmoren muss, mit vielen Kräutern der Provence und Karotten.

Der Podcast zum Boeuf Bourguignon Rezept

Das Rezept mit allen Tipps habe ich als Podcast aufgenommen. Du kannst sie hier anhören:

Folge 9: Boeuf bourguignon (Rindfleisch burgunder Art)
1x

- 0,75x
- 1x
- 1,25x
- 1,5x
- 1,75x
- 2x

--:--

Audio herunterladen

Das Video zum Boeuf bourguignon Rezept

Fragen und Antworten zum Boeuf Bourguignon:

Welche Beilage zum Boeuf Bourguignon?

Am besten einfach **Kartoffeln**, oder **Kartoffelpüree**. Ich mag auch dazu **Bandnudeln**. Das Wichtige ist, dass die Sauce sich schön mit der Beilage vermischt.

Welches Fleisch für Boeuf Bourguignon?

In Frankreich empfehlen die Metzger: „**Gîte**„, „**Macreuse**“ oder noch „**Paleron**„. Ich nehme aber in Deutschland „**Oberschale**„, die Minimum 2 Stunden köcheln muss. Aber sehr oft nehme ich lieber **Rinderfilet**, das nach nur 45 Minuten schon bereit sein kann. (ich lasse es aber trotzdem länger im Topf schmoren).

Wer mag, kann auch einfach „Rindergulasch“ dafür verwenden, es geht auch!

Wie viel Fleisch brauche ich?

Einfach rechnen: 150-180 g Rindfleisch pro Person. Für starke Männer kann man schon 220 g rechnen und für Kinder eher 80 bis 100 g.

Es kommt auch darauf an, was man mit dem Boeuf Bourguignon serviert: wenn es nur Gemüse ist, braucht man mehr Fleisch als wenn es viele Kartoffeln dazu gibt!

Wie kann ich mein Boeuf Bourguignon noch aromatischer machen? (Soll ich oder kann ich das Fleisch in Wein marinieren?)

Bei uns wird das Fleisch oft eine ganze Nacht in der Marinade eingelegt. Einfach das Fleisch in Stücke schneiden und in eine ganze Flasche Rotwein mit Lorbeer, Gewürznelken, Thymian, Rosmarin, klein geschnittenen Karotten, Knoblauch, Schalotten, Pfeffer …. einlegen. So dringen alle Aromen in das Fleisch ein! Köstlich.

Wann bereite ich meinen Boeuf Bourguignon vor?

Am besten bereitet man das Boeuf Bourguignon am Vortag zu (ohne die Champignons). Am Zubereitungstag wird es dann nur noch aufgewärmt und 15 Minuten vor dem Servieren mit den klein geschnittenen Champignons verfeinert.

Was heißt „das Fleisch karamellisieren“?

Die Bezeichnung Karamellisieren bezieht sich auf das Aussehen des Fleisches, nicht auf den Geschmack. Es wird kein Zucker verwendet, sondern gute Butter. In der französischen Küche wird der Begriff „karamellisieren“ auch für Fleisch verwendet. In diesem Fall wird die Butter nussig geschmolzen (goldene oder braune Butter) und das Fleisch darin von allen Seiten schön knusprig angebraten. Das heißt „Fleisch karamellisieren“, nicht mehr. Es soll wie „karamellisiert“ aussehen und deshalb verwenden wir diese Bezeichnung.
Achtung, es ist wirklich kein Zucker im Spiel. Die leichte Süße kommt von der nussigen Butter, in der der Zucker aus der Molke leicht karamellisiert.

Kann ich mein Boeuf Bourguignon einfrieren?

JA, es lässt sich super einfrieren!

Wie sollte die Sauce des Boeuf Bourguignons werden?

Die Sauce soll keine „dicke“ Sauce sein, d.h. es soll keine cremige Sauce werden, sondern nur eine Weinreduktion, die man mit etwas zerdrückten Kartoffeln genießen kann.

Die Sauce sollte das Fleisch nur leicht bedecken (dafür sollten die 2 Esslöffel Speisestärke völlig ausreichen).

Welchen Wein für Boeuf Bourguignon?

Am besten ist ein Rotwein, den man selbst gerne trinkt. Aus einem schlechten Wein kann man kein gutes Gericht machen. Wenn Euch der Wein vorher nicht geschmeckt hat, wird er auch nach 2 Stunden im Kochtopf nicht besser.

Es sollte einfach ein Rotwein sein. Mir ist es egal, ob es ein Burgunder oder ein Bordeaux ist. Ihr könnt es mit dem machen, was Ihr zu Hause habt. Dafür braucht Ihr meiner Meinung nach keinen „Grand Cru“.

Wie kann ich meinen Boeuf Bourguignon aufpeppen?

- mit etwas Orangenzesten und einem Schuss Grand Marnier
- mit Edelpilzen (Steinpilzen oder Morcheln)
- mit etwas „4 Gewürz Mischung “ in der Sauce
- mit etwas Honig das Fleisch anbraten
- mit Orangen
- mit getrockenetem Obst (Pflaumen, Feigen und Aprikosen...)

Zutaten für ein Boeuf Bourguignon für 4 Personen:

1 kg Rinderschmorbraten (oder Rinderfilet), 1 Flasche Burgunderwein (oder einfach ein kräftiger Rotwein), 300 g Karotten, 250 g Champignons, 150 g Speck (auch mager), 5 kleine Zwiebeln (100 g), 1 Knoblauchzehe, 3 Lorbeerblätter, Gewürznelke, 1 gute TL Bouquet garni für Fleisch, Öl 30 g Butter, Salz und Pfeffer, 2 EL Speisestärke.

Na dann, los geht’s !

1- Das Fleisch in 4 cm große Stücke schneiden und mit Pfeffer würzen. In der Zwischenzeit 6 Esslöffel Öl in einem großen Topf erhitzen.

Dann das Fleisch von allen Seiten anbraten. Es muss karamellisieren! So sagt man in der französischen Küche, wenn man Fleisch mit Nussbutter (oder brauner Butter) anbrät. Es soll wie Karamell aussehen, aber Vorsicht, das Rezept enthält keinen Zucker!

2– Die Zwiebeln schälen: 2 Zwiebeln klein schneiden und eine mit einer Gewürznelke einstechen. Die Möhren in dünne, ca. 0,5 cm breite Scheiben schneiden. Die Knoblauchzehe mit einem Messer zerdrücken.

3– Wenn das Fleisch schön braun ist, können wir Zwiebeln, Karotten, Thymian, Rosmarin, Lorbeer und Knoblauch hinzufügen.

4– Nun eine halbe Flasche Wein und 600 ml Wasser hinzufügen. Die 2 EL Speisestärke mit etwas Wein verrühren und in den Topf geben.

5– Endlich ist es so weit, es muss nur noch für sich selbst **2 Stunden lang schmoren !!!!!**

6– Nach 1 Std 30 müssen wir wieder kurz an die Arbeit:

Die Champignons schneiden und das **Speck braten**. Und wieder alles in den Topf für maximal 20 Minuten.

Nach 30 Minuten Vorbereitung, 2 Stunden Kochzeit ist Ihr „Boeuf bourguignon“ bereit.

Ihr könnt es mit Pellkartoffeln, Kartoffelpüree oder frischen Nudeln servieren. Natürlich gibt es noch Rotwein übrig, den man dazu trinken kann.

Alors „Santé“ et „bon appétit“!!!

Hat es dir und deinen Gästen geschmeckt? Dann gib die Quelle gern weiter.

Dieses Gericht stammt aus einem Rezept von
Aurélie Bastian
www.franzoesischkochen.de