



# Rheinischer Sauerbraten mit Aachener Printen Soße

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4-5
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 2:000 h
- **Fertig in** 2:20 h

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '140', 'cook_time' : '2:000 h', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4-5', 'yield' : " } });
```

Der rheinische „Klassiker“, hier mit Printensoße, wer kennt und liebt ihn nicht?

## Zutaten

- Für den Sauerbraten:
- 1 kg Rindfleisch vom dicken Bugstück
- 100 g Sauerbraten - Printen, zerbröseln (Geht auch notfalls mit Saucenlebkuchen)
- 1 EL rheinisches Apfelkraut
- 80 g Rosinen, gewaschen
- 50 g Mandeln in Blättern
- Etwas Rapsöl zum Anbraten
- 1 El Tomatenmark
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Für die Marinade:
- 100 g Knollensellerie, geputzt, gewaschen in groben Würfeln
- 2 mittelgroße Zwiebeln in groben Würfeln
- 2 Möhren, geputzt, gewaschen, in groben Würfeln
- 1/4 l Weinessig
- 1/2 l trockener Rotwein
- 1 l Wasser
- 3 - 4 Gewürznelken, 8 schwarze Pfefferkörner, 2 Lorbeerblätter, 4 gedrückte Wacholderbeeren
- 1 Tl Zucker

## Zubereitungsart

### Schritt1

## **Schritt2**

Die Marinade:

## **Schritt3**

Alle Zutaten der Marinade aufkochen und kochend heiß über das gewaschene Fleisch geben.

## **Schritt4**

(In einem ausreichend großen Topf oder Steingut)

## **Schritt5**

3 - 4 Tage im Kühlschrank durchziehen lassen, gut marinieren, hin und wieder wenden.

## **Schritt6**

Der Ansatz:

## **Schritt7**

Danach heraus nehmen, trocken tupfen und rundherum herzhaft salzen und pfeffern.

## **Schritt8**

Die Marinade passieren, Fond und Gemüse verwahren, beides wird noch gebraucht.

## **Schritt9**

Nunmehr das Fleisch in einem ausreichend großen Bräter von allen Seiten kräftig anbraten, Farbe nehmen lassen.

## **Schritt10**

Das Einlegegemüse dazu geben, 2 - 3 min. mit braten und das Tomatenmark verrühren, etwas anrösten.

## **Schritt11**

Mit der Marinade angießen, das Fleisch nahezu bedecken.

## **Schritt12**

Bei schwacher Hitze, mit Deckel verschlossen, auf dem Herd oder im Backrohr 1 1/2 - 2 Stunden leise schmoren lassen.

## **Schritt13**

Danach prüfen, der Sauerbraten sollte sehr schön weich sein; ggf. etwas nach schmoren.

## **Schritt14**

Den Braten heraus nehmen, zunächst etwas warm halten und die Soße durch ein Küchensieb passieren, das Apfelkraut dazu geben.

## Schritt15

Auf die benötigte Menge reduzieren lassen, die zerbröselten Printen, die Rosinen und Mandelblättchen dazu geben, kurz aufstoßen lassen, nachschmecken.

## Schritt16

## Schritt17

Anrichtevorschlag:

## Schritt18

Den Sauerbraten in daumendicke Scheiben schneiden und "üppig" mit der Printen Soße überziehen, Mandeln und Rosinen gleichmäßig verteilen.

## Schritt19

Dazu werden im Rheinland traditionell der Apfelrotkohl und Kartoffelklöße gereicht. Natürlich passen auch Teigwaren, Fingernudeln oder auch schlichte Salzkartoffeln.

**Rezeptart:** Aachener Spezialitäten, Rheinisch **Tags:** wer kennt und liebt ihn nicht?

## Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Energie (kcal)494
- Fett (g)16
- KH (g)20
- Eiweiss (g)51
- Ballast (g)5

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/rheinischer-sauerbraten-mit-aachener-printen-sosse/>