



## Rinderschmorbraten mit Pastinaken, Möhren und Romanesco

**Vorbereitungszeit:** ca. 35 Minuten

**Garzeit:** ca. 135 Minuten

**Wartezeit:** ca. 90 Minuten

**Für 2 Portionen:**

**Für den Schmorbraten:**

150 g Möhren

100 g Staudensellerie

2 Zwiebeln

2 Knoblauchzehen

2 Zweige Rosmarin

1 EL Butterschmalz

500 g Rinderschulter

Salz

Pfeffer

**Für das Gemüse:**

300 g Pastinake

300 g Möhre

300 g Romanesco

1 EL Butter

100 ml Wasser, warm

Salz

Pfeffer

**Für die Sauce:**

1 EL Tomatenmark

100 ml Rotwein

1 TL Speisestärke

1 EL Butter

Zucker

Salz

Pfeffer

**Utensilien:** Messer, Brett, Miele Dampfgarer,  
3 ungelochte flache Garbehälter, Schüssel

**Zubereitung:**

1 Für den Schmorbraten Möhre und Sellerie waschen, trocken tupfen, schälen und grob würfeln. Zwiebel schälen und ebenfalls grob würfeln. Knoblauch andrücken. Rosmarin waschen und trocken schütteln. Vorbereitetes Gemüse mit Rosmarin in den ungelochten Garbehälter geben.

2 Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Fleisch rundherum scharf anbraten und auf das Gemüse im Behälter geben. Alles salzen und pfeffern. Pfanne für die Sauce beiseite stellen.

3 Garbehälter auf die mittlere Schiene des Dampfgarers schieben. Dampfgarer einstellen (Temperatur: 100 °C) und ca. 2 Stunden garen.

4 Pastinaken und Möhren waschen, trocken tupfen und schälen. 1/3 des Gemüses für die Beikost zur Seite legen. Romanesco putzen und in walnussgroße Stücke schneiden. Restliche Möhre und Pastinake schräg in Scheiben schneiden. Möhre, Pastinake und Romanesco mit Butter, 1 Prise Salz und Pfeffer auf einem ungelochten Garbehälter vermengen. Das restliche Gemüse (Pastinaken und Möhren) für die Beikost klein schneiden und auf einen zweiten Garbehälter geben.

5 Ca. 10 Minuten vor Garzeitende des Rinderbratens beide Garbehälter mit Gemüse mit in den Dampfgarer geben.

6 Rinderbraten aus dem Behälter nehmen und Fond durch ein Sieb in ein Gefäß füllen.

7 Für die Sauce Tomatenmark in der Pfanne bei mittlerer Hitze ca. 2 Minuten anrösten. Mit Rotwein und dem Fond ablöschen und auf die Hälfte einkochen. Stärke mit etwas Wasser glattringen und die Sauce damit abbinden. Butter zugeben und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Rinderbraten in Scheiben aufschneiden und in die Sauce geben. Kurz erhitzen und anschließend mit dem Gemüse anrichten.

8 Für die Beikost das ungewürzte Gemüse mit Wasser fein pürieren.

**Tipp:** Überschüssige Beikost in sterilisierten Gläsern mit Drehverschluss abfüllen und umdrehen. Ca. 2 Tage gekühlt haltbar.

**Einstellungen für den Schmorbraten:**

Betriebsart: Dampfgaren

Temperatur: 100 °C

Garzeit: ca. 2 Stunden

**Einstellungen für das Gemüse:**

Betriebsart: Dampfgaren

Temperatur: 100 °C

Garzeit: ca. 10 Minuten