

**Kochdauer:**

Mittel (30 bis 60 Minuten)

**Schwierigkeit:**

gut machbar

**Zutaten für 4 Portionen:**

700 g Rindfleisch  
 Öl  
 125 ml Rotwein  
 200 ml Gemüsesuppe  
 700 g Erdäpfel, speckig  
 3 Stk. gelbe Zwiebeln  
 3 Stk. Karotten  
 2 Stk. Stangensellerie  
 6 Stk. Knoblauchzehen  
 10 Stk. Schalotten  
 250 g Paradeiser, gewürfelt  
 2 EL Paradeismark  
 Salz  
 Pfeffer  
 Thymian  
 Rosmarin  
 Senf  
 Muskat, gerieben  
 Lorbeerblätter

**Mein persönlicher Tipp**

Als Fleisch eignen sich die Teilstücke Gab, Hals und Wadschinken vom Rind.

**Monika Selinger**

Seminarbäuerin im Bezirk Wels

**Quellen:**

## Stufato

Geschmortes Rindfleisch nach italienischer Art



Foto: Andreas Schmolzmüller - Nicht zur freien Verwendung

**Zubereitung**

- Karotten und Erdäpfel in 2 cm dicke Scheiben schneiden. Stangensellerie in 1 cm dicke Stücke schneiden.
- Schalotten längs halbieren.
- Fleisch in sieben gleichmäßige Scheiben schneiden, diese dann nochmals halbieren.
- Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, in heißem Öl bei starker Hitze von allen Seiten scharf anbraten – herausnehmen und beiseitestellen.
- Die fein gehackten Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und dunkel anbraten.
- Tomatenmark zugeben und nochmals gut durchrösten, mit Rotwein ablöschen und diesen gut einreduzieren lassen.
- Anschließend alles mit der Suppe aufgießen und die Gewürze zugeben.
- Nun lagenweise in einem Topf das Fleisch einschichten, dann die Erdäpfel, die Karotten, weiters den Stangensellerie, die Schalotten und die Tomatenwürfel.
- So lange einschichten, bis alle Zutaten aufgebraucht sind – die letzte Schicht sollte aus Erdäpfel und Schalotten bestehen.
- Die eingeschichteten Zutaten etwas zusammendrücken - alles soll mit dem Sud bedeckt sein – bei Bedarf noch mit Suppe aufgießen.
- Alles zugedeckt mindestens 2 Stunden auf kleiner Hitze köcheln lassen oder im Rohr bei 150 °C 2 Stunden.
- Letztendlich soll alles ganz weich sein.
- Beim Servieren von oben nach unten aus dem Topf schöpfen, sodass alle Schichten sich vermischen.



Landwirtschaftskammer  
Oberösterreich: *Kursunterlage*  
*Köstliches aus Wok, Pfanne und Topf*

