

Für 4 Personen

## Braten

**Zubereitungszeit:**

20 Minuten

**Bratzeit:**

90 Minuten

**Zutaten für den Braten:**

600 g Bürgermeisterstück vom Rind (auf eine feine Marmorierung achten)

Salz, Pfeffer

2 TL Senf (mittelscharf)

4 EL kräftiger Whisky

2 TL Honig

1 TL Sojasauce

3 EL Olivenöl

1 EL Butterschmalz

2 Zweige frischer Thymian

etwas Wasser

1 EL eiskalte Butter

## Spitzkohlsalat

**Zubereitungszeit:**

20 Minuten

**Zutaten für den**

**Spitzkohlsalat:**

Während das Fleisch im Ofen ist, kann der Spitzkohlsalat zubereitet werden:

1 kleiner Spitzkohl

2 EL Apfelessig

2 EL Öl

½ TL Kreuzkümmel

1 EL Zucker

2 EL getrocknete Goji Beeren

1 EL Salz

Das Video zum Rezept und weitere Rezepte unter [www.food-life.de/rezepte](http://www.food-life.de/rezepte)

Foto: © Caroline Martin - Foodstyling; Daniel Petri - Rezept: Food-Blogger, Thomas Vonier



## Braten vom Bürgermeisterstück in Whisky-Sauce und Spitzkohlsalat

**Braten:** Den Ofen auf 120°C Umluft vorheizen. Das Fleisch trockentupfen und kräftig von allen Seiten salzen.

Für die Marinade Senf, Whisky, Honig, Sojasauce und Öl verrühren.

Das Fleisch in einer Pfanne von allen Seiten kurz aber kräftig bei hoher Temperatur in Butterschmalz anbraten (jeweils ca. 30 - 60 Sekunden). Das Fleisch in eine ofenfeste Form legen und von allen Seiten mit der Marinade einstreichen. Solange wiederholen bis die gesamte Marinade aufgebraucht ist. Mit Pfeffer abschmecken.

Die Thymianzweige auf das Fleisch legen. Das Fleisch für ca. 90 Minuten in den warmen Ofen geben (Kerntemperatur: 56°C).

Danach das Fleisch aus dem Ofen nehmen und zum Ruhen beiseite stellen.

Den Bratensatz mit etwas Wasser aufkochen. Die Sauce mit 1 EL eiskalter Butter binden und abschmecken.

Das Fleisch quer zur Faser aufschneiden und sofort mit der Sauce und dem vorbereiteten Spitzkohlsalat servieren.

**Spitzkohlsalat:** Goji Beeren für ca. ½ Stunde in Wasser einweichen. Spitzkohl fein schneiden und mit Apfelessig, Öl, Kreuzkümmel, Zucker, Goji Beeren und Salz vermischen. Dabei kräftig den Spitzkohl drücken, damit die Struktur aufgebrochen wird.