

# Rezept des Monats Februar

## Ragoût de boeuf – Ragout vom Wasserbüffel auf französische Art



### Zutaten für 6 Personen:

- 1 kg Büffelgulasch aus der Schulter
- 3-4 Möhren
- 2 große Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 1 Stange Staudensellerie
- 1 unbehandelte Orange (Schale und Saft)
- 1 TL Pfefferkörner
- 2 Lorbeerblätter
- 1 TL Wacholderbeeren
- 1 l kräftiger Rotwein
- 5 frische Tomaten
- 1 Dose Tomaten
- 2 EL Rapsöl aus dem Hofladen
- 1 EL frisch gehackter Thymian
- 1 TL frisch gehackter Rosmarin
- 1 TL frisch gehackter Salbei
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 1 Prise Chili
- 1 TL flüssiger Honig
- Petersilie



## **Zubereitung:**

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in grobe Stücke teilen. 1 Möhre, Zwiebel und Knoblauchzehe schälen und grob teilen. Den Sellerie waschen, putzen und in Scheiben schneiden. Die Schale einer Orange abreiben und mit den Gewürzen, Gemüse und Wein verrühren. Das Fleisch zugeben, sodass alles gut bedeckt ist und mit Frischhaltefolie abgedeckt über Nacht im Kühlschrank marinieren lassen.

Am nächsten Tag die Tomaten würfeln. Das restliche Gemüse und den Knoblauch schälen, die Möhren in Scheiben schneiden und den Rest klein würfeln.

Das Fleisch aus der Marinade nehmen, diese passieren und aufheben. Das Fleisch mit einem Küchentuch trocken tupfen und in einem Bräter in heißem Öl rundherum scharf anbraten.. Herausnehmen und beiseite legen. Das Gemüse (bis auf die Tomaten) mit dem Knoblauch und Zwiebel in dem Fett anschwitzen, die Kräuter und Tomaten untermischen und mit dem Orangensaft und dem aufgefangenem Wein ablöschen. Das Fleisch wieder einlegen, mit Salz, Pfeffer, Chili und Honig würzen und bei schwacher Hitze ca. 3 Stunden schmoren lassen. Bei Bedarf noch etwas Wasser oder Wein nachgießen, abschmecken und mit Petersilie bestreuen.

Als Beilage empfehlen wir Dinkelspätzle aus dem Hofladen.

**Guten Appetit!**