

# BEIRIED

## bei Niedertemperatur gebraten

Ein kraftvolles Rezept, das zwar etwas mehr Zeit in Anspruch nimmt, für das sich der Aufwand aber lohnt.

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Zubereitungszeit ca. 90 Minuten, für den Kalbsjus ca. 2 1/2 Stunden

Knoblauchzehen	4 Stück
Beiried	800 g
Öl zum Braten	
Thymianzweig	1 Stück
Rosmarinzweig	1 Stück
Polenta	
junge Knoblauchzehen	2 Stück
kleine weiße Rüben (geschält, halbiert)	200 g
Frühlingszwiebeln (geputzt, halbiert)	8 Stück
kleine Karotten (geschält)	8 Stück
Butter	
Zucker	
Gemüsefond oder Mineralwasser	
Kalbsjus 200 ml Salz, Pfeffer	200 ml

- Backrohr auf 90 °C vorheizen. Knoblauchzehen schälen. Fettabdeckung des Beirieds fein einschneiden, binden, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne rundum in heißem Öl anbraten. Im letzten Moment Knoblauchzehen, Thymian- und Rosmarinzweig zugeben. Beiried aus der Pfanne nehmen, das Bratenfett zur Seite stellen.
- Fleisch auf ein Blech legen und im vorgeheizten Rohr 30–40 Minuten braten.
- Inzwischen Polenta laut Rezept zubereiten.
- Für das Frühlingsgemüse junge Knoblauchzehen schälen und gemeinsam mit weißen Rüben, Frühlingszwiebeln und Karotten in einer großen Pfanne mit etwas Butter, Salz, Pfeffer und Zucker anbraten. Nach und nach mit etwas Fond oder Mineralwasser ablöschen und die Flüssigkeit immer wieder einkochen lassen. Sobald das Gemüse weich ist, sollte die Flüssigkeit verdampft sein.
- Kurz vor dem Servieren das Beiried im Bratenfett nochmals braten und mit Frühlingsgemüse, Polenta und Kalbsjus servieren.

### TIPP

Je nachdem, ob das Beiried blutig, rosa oder durch sein soll, sind bei gleichbleibender Garzeit folgende Kerntemperaturen zu beachten: rare 49 °C, medium 54 °C, well done 60 °C.

Das Rezept stammt aus dem Kochbuch „DASPFEFFERSCHIFF **KOCHBUCH**“ von Klaus Fleischhaker & Jürgen Vigne