

Jungbullen-Hochrippe mit Gemüse



Hochrippe mit Gemüse

Die Hochrippe – möglichst ohne Knochen – von einem Jungbullen wird auch als Zungenstück bezeichnet. Sie sitzt hinter dem Hals, sozusagen über der Schulter und ist ein kräftiges, mit Fett marmoriertes Stück Bratenfleisch. Ich habe diesmal das Experiment gewagt und den Braten mit Gemüse ohne Sauce zubereitet. Üblicherweise wird ja Rinder- oder Gemüfefond und etwas Weisswein hinzugegeben, um eine Sauce zu bilden. Diese habe ich weggelassen und nur das Fleisch und Gemüse gegart. Dies hat auch wunderbar funktioniert. Nur darf natürlich der Braten und das Gemüse nicht bei zu hohen Temperaturen wie 180° C im Backofen gegart werden, dabei verbrennt das Gargut. Sondern nur bei niedrigeren Temperaturen wie 140° C, dann aber mit einer längeren Garzeit.

Zutaten (für 2 Personen):

- 1 kg Hochrippe (ohne Knochen)
- 2 Schalotten
- 5 Knoblauchzehen
- 1 Wurzel
- 1 Lauchstange
- 2 Lauchzwiebeln
- 1 Tomate
- 3 Kartoffeln
- 1 Paprika
- 2 Pepperoni

- einige Zweige frischer Oregano
- einige Zweige frischer Thymian
- 1–2 Zweige frischer Rosmarin

- Schweineschmalz

Zutaten für die Kruste:

- 1 EL Olivenöl
- 1 TL Pul biber
- 1 TL Worcestershiresauce
- $\frac{1}{2}$ TL Senf
- $\frac{1}{2}$ TL Honig

Zubereitungszeit: 2 $\frac{1}{2}$ Stdn.



Das Gemüse für das Gericht

Das Gemüse zum Teil schälen und in kleine, mundgerechte Stücke schneiden.



Das schön marmorierte Fleischstück mit Fettteilen

Das Schweineschmalz im Bräter stark erhitzen und die Hochrippe von beiden Seiten etwa 2–3 Minuten kräftig anbraten, dass sie schön kross ist. Nicht würzen.



Die angebratene Hochrippe im Bräter

Vorher schon den Backofen auf 140° C Umluft erhitzen. Das Gemüse hinzugeben, die ganzen Kräuter drauf verteilen und den Bräter zugedeckt in den Backofen schieben. 1 ½ Stunden garen. Das Gemüse gibt die in ihm enthaltene Flüssigkeit ab, so dass das Gargut nicht verbrennt, sondern etwas köcheln kann und und sogar etwas Flüssigkeit als Bratensauce bildet.



Angebratene Hochrippe und Gemüse im Bräter

Nach 1 ½ Stunden die Marinade für die Kruste in einer Schüssel verrühren und großzügig auf den Braten entweder mit einem Backpinsel oder einem kleinen Löffel verteilen. Den Backofen von Umluft auf Grill mit ca. 180° C umschalten und den Braten etwa 10 Minuten mit der Marinade grillen. Die Marinade hat genug Würze für den Braten und es muss nicht mit Salz und Pfeffer nachgewürzt werden, auch das Gemüse nicht.



Auch bei der zweiten Portion am darauffolgenden Tag
lecker und immer noch fotogen

Braten in Scheiben schneiden, auf zwei Tellern anrichten, das
Gemüse daneben geben und beides mit ein wenig der Bratensauce
übergießen.