



# Daube de boeuf à la provençale

- **Portionen:** 4-5
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 25m
- **Fertig in** 45m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '45', 'cook_time' : '25m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4-5', 'yield' : " });
```

Provençalisches Schmorfleisch, butterzart und herrlich aromatisch

## Zutaten

- 0,8 - 1 kg Rindfleisch, aus der Schulter, in 50 g schweren Würfeln
- 300 ml Rindfleischbrühe
- 200 g durchwachsener Speck in Würfeln oder Stiften
- 2 mittelgroße Zwiebeln, gewürfelt
- 2 El Mehl
- 150 g schwarze Oliven
- 2 El Tomatenmark
- 2 El Olivenöl
- Für die Marinade:
  - 750 ml Cote du Rhône
  - 100 ml Rotweinessig
  - Etwas Orangenschale
  - 1 Zwiebel, grob gewürfelt
  - 1 Möhre, geschält, in groben Stücken
  - Einige Petersilienstängel
  - 2 Zweige frischen Thymian
  - Einige Stängel Petersilie
  - 3 Knoblauchzehen, geschält, gedrückt
  - 2 Lorbeerblätter
  - 1 Teelöffel Nelkenköpfe
  - 1 Teelöffel Pimentkörnern
  - 2 Teelöffel Pfefferkörner
  - 2 Lorbeerblätter
  - 1 halbe Zimtstange
  - 2 Esslöffel Olivenöl

## Zubereitungsart

## **Schritt1**

Vorgehensweise in folgenden Schritten:

## **Schritt2**

Die Vorbereitung:

## **Schritt3**

Das grob gewürfelte Schmorfleisch mit der Marinade, aus o. g. Zutaten, übergießen.

## **Schritt4**

Zugedeckt über Nacht in den Kühlschrank stellen und intensiv marinieren. Danach abgießen, das Fleisch heraus fangen, die Marinade passieren und auf etwa 1/3 reduzieren, einkochen.

## **Schritt5**

Der Ansatz:

## **Schritt6**

Das Fleisch trocken tupfen und in einem schweren Bräter, ev. in 2 - 3 Durchgängen, scharf anbraten, Farbe nehmen lassen, das Tomatenmark verrühren.

## **Schritt7**

Den Speck dazu geben, leicht salzen und pfeffern, das Mehl darüber sieben, glatt rühren. Mit der reduzierten Marinade aufgießen, glatt rühren und mit der Fleischbrühe knapp bedecken.

## **Schritt8**

Für etwa 4 Stunden in den auf 150 ° C vorgeheizten Backofen schieben, recht weich schmoren. Prüfen, ev. nachschmecken und die Oliven dazu geben.

## **Schritt9**

Anrichtevorschlag:

## **Schritt10**

Dazu schmeckt mir ein rustikaler Kartoffelstampf mit Knoblauchöl oder einfach nur ein Stück krosses Baguette.

## **Schritt11**

## **Schritt12**

**Rezeptart:** Rindfleisch **Tags:** chic, deftig, fonds, regionales highlight, snack, speck, üppig, warm

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/daube-de-boeuf-a-la-provencale/>