

Pulled Beef

Beef Brisket ist der englische Ausdruck für eine in der Regel im Barbecue-Smoker bei Niedrigtemperatur im heißen Rauch gegarte Rinderbrust (in meinem Fall falsches Filet). Zusammen mit Spareribs und Pulled Pork bildet das Beef Brisket die **Holy Trinity** („Heilige Dreifaltigkeit“) des Barbecues nach nordamerikanischem Vorbild.

In diesem Rezept beschreibe ich die Zubereitung in einem **Dutch Oven**.

Zubereitungszeit:

24 Std. Marinade im Kühlschrank

7 Std. Schmorzeit im Dutch Oven anschließend Abkühlung

2 Std. Regeneration im Dutch Oven

Zutaten:

für 4-6 Personen

Gewürzmischung:

2 EL Salz

1 EL Pfeffer

2 EL Paprika, geräuchert

1 EL Zwiebelpulver

1 EL Knoblauchpulver

1 TL Rosmarin

1,8 Kg Falsches Filet vom Rind

6 Zwiebeln, mittelgroß

2 Paprika, rot

3-4 EL Honig, flüssig (oder Ahornsirup)

1 Ltr. Fleischbrühe (Rinderbrühe)

4-5 EL Worcester-Sauce

120 ml Ketchup

Zubereitung:

Das Falsche Filet auf der Unterseite nur kräftig mit der Gewürzmischung einreiben. Die Seite die später im Dutch Oven oben ist, mit dem Honig bestreichen und dann ebenfalls kräftig würzen. Für 24 Stunden im Kühlschrank marinieren lassen.

Am nächsten Tag das Fleisch gut eine Stunde vor dem Schmoren aus dem Kühlschrank nehmen und auf Zimmertemperatur bringen lassen. Dabei dann die Paprika halbieren und in 1cm breite Streifen schneiden. Zwiebeln grob würfeln. Den Ketchup und die Worcester-Sauce in die Brühe einrühren und dann in den Dutch Oven gießen, circa 1cm hoch. Das Fleisch hineingeben und das Gemüse herum verteilen. Dann mit mehr Brühe aufgießen. Das Fleisch darf aber nicht bedeckt sein. Bei circa 150°C für 4-5 Stunden im Dutch Oven schmoren. Ab und zu die Flüssigkeit kontrollieren.

Nach der Schmorzeit mit zwei Gabeln das Fleisch grob zerzupfen und gut in der Sauce verrühren. Den Dutch Oven abkühlen lassen und an einem kühlen Ort weitere 24 Stunden stehen lassen.

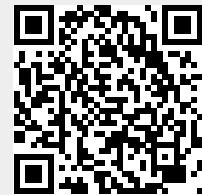
Den Dutch Oven für zwei Stunden bei 120°C aufwärmen. Dann das Fleisch ggf. noch einmal fein zupfen und auf Baguette mit Zwiebeln und/oder Coleslaw genießen.

Tip:

Historie:

Eintopf
Essen und Mehr

From:
<https://ddws.de/> - **d.d.w.s. Ihr Essen und Mehr**



Permanent link:
https://ddws.de/eintopf:pulled_beef

Last update: **25.03.2022 18:16**