

# Ragout vom Ochschwanz

*H.M.Sauer und M. Löffler, 13.6.2015*

Die Schwanzwirbel des Ochsen oder Rinds bestehen zu 2/3 aus Knochen und Knorpel, aber das Fleisch darin ergibt nicht nur eine gute Suppe, sondern auch ein besonders kräftiges Ragout.

- ◆ Für 2 Personen:
- ◆ 1 kg Ochschwanz
- ◆ ½ l kräftiger Rotwein
- ◆ 3 Möhren, 2 Zwiebeln
- ◆ 100 g Sellerie, Lauch
- ◆ Knoblauch, Pfeffer, Salz, ¼ l Rinderbrühe
- ◆ Öl zum Anbraten
- ◆ 1 EL Mehl
- ◆ frische Kräuter

Beim Metzger für das Ragout 3 - 4 große Wirbelstücke von der Schwanzwurzel auswählen. Die Kleineren von Mittelschwanz und Schwanzspitze eignen sich eher zum Bereiten einer Ochschwanz-Bouillon.

Das Gemüse putzen und in große Würfel schneiden. Zusammen mit dem Ochschwanz-Stücken in eine Schüssel legen und mit dem Rotwein auffüllen. Einige Stunden ziehen lassen, dann den Rotwein abgießen und bei Seite stellen.

Die Ochschwanzstücke in einer heißen Gußform (mit Deckel) von allen Seiten im Öl scharf anbraten und herausnehmen. Dann auch die Gemüswürfel im Fett anbraten, mit dem Mehl bräunen und mit Rotwein ablöschen. Salz, Pfeffer, Knoblauch, die zu einem Sträußchen gebundenen Kräuter, die Ochschwanz-Stücke in die Form legen, und mit dem Rotwein und der Brühe auffüllen, und etwa 3 bis 4 Stunden bei 150 °C geschlossen im Backofen schmoren. Ab und zu soviel Flüssigkeit nachfüllen, dass die Soße am Ende der Garzeit nicht zu flüssig, sondern sämig ist. Wir servieren die Ochschwanzstücke stets im Ganzen, mit frischem Baguette. Die nun zarten Fleischstück (und z.T. auch das Mark) lassen sich gut herauspulen.



Links: Der Ochsenchwanz wird mit dem gewürfelten Wurzelgemüse und einem Kräutersträußchen erst ein paar Stunden in Rotwein eingelegt, bevor das Fleisch angebraten und dann geschmort wird.

Rechts: Das bindegewebsreiche Fleisch der Schwanzwirbel braucht zum Garen eine lange Schmorzeit: etwa 3 Stunden, es darf ruhig auch länger sein. Aus dem austretenden Fett, dem Gemüse und dem Rotwein entsteht eine aromatische Soße, und das Gemüse nimmt das herrliche Aroma des Knochens und des Marks auf..

