

## Suure Mocke mit Polenta

### Zutaten für 4 Personen

400 g	Randen
200 g	Karotten
200 g	Knollensellerie
2 kleine	Zwiebeln
2	Knoblauchzehen
2	Lorbeerblätter
4	Nelken
1 TL	Pfefferkörner
1 TL	Wachholderbeeren
3	Rosmarinzweige
1 L	Rotwein
100ml	Rotweinessig
1,2 Kg.	Rinderschulter
3 EL	Sonnenblumenöl
80g	Lebkuchen
	Meersalz

1. *Randen, Karotten, Sellerie und Zwiebeln schälen und grob würfeln. Knoblauch schälen und mit dem Handballen quetschen. Die Gewürze in ein Gewürzsäcken füllen, mit Kräutern, dem vorbereiteten Gemüse, Rotwein und Rotweinessig mischen. Das Fleisch in die Marinade legen zu decken und im Kühlschrank 1 Woche marinieren.*
2. *Das Fleisch aus der Marinade nehmen und mit Küchenpapier abtrocknen. Die Marinade durch ein Sieb giessen. Wurzelgemüse abtropfen lassen, die Flüssigkeit auffangen, aufkochen, dabei den aufsteigenden Schaum abnehmen. Den Braten salzen und in einem Schweren Schmortopf oder Bräter mit 2EL Öl von allen Seiten insgesamt ca. 10 Minuten Anbraten. Mit dem Schöpflöffel voll Marinade ablöschen, den Bratensatz lösen Vollständig einkochen lassen. Den Vorgang noch zweimal wiederholen, anschliessend Mit der restlichen Marinade aufgiessen. Bei geringer Hitze 2 Stunden schmoren, dabei ab und zu wenden.*
3. *Das abgetropfte Wurzelgemüse mit dem restlichen Öl in einer Pfanne etwa 10 Minuten anbraten. Den Lebkuchen zerbröseln und mit Gemüse, Kräutern und Gewürzsäckchen zum Braten geben, ca. 1 Stunde fertig schmoren.*
4. *Den Braten aus dem Schmorfond nehmen, kurz ruhen lassen. Währenddessen den Fond abschmecken, Kräuterzweige und Gewürzsäckchen entfernen und eventuell noch ein wenig einkochen. Das Fleisch in dünne Scheiben schneiden, salzen und mit Schmor Gemüse, Sauce und Kartoffelpüree anrichten.*