

Purim Aktion

Vom 7. 3. – 22. 3. 2016 (solange Vorrat)

Rinds- Schaufelbug

statt ~~50.40~~
nur **Fr. 37.50 / kg**

Nicht Koscher le Pessach



Sparen Sie
über **25% =**
Fr. 12.90

Öffnungszeiten

Donnerstag	24. März	Purim	geschlossen
Freitag	25. März	Öffentlicher Feiertag	geschlossen
Montag	28. März	Öffentlicher Feiertag	geschlossen
Dienstag	29. März	Nachmittags ab 13 Uhr	geöffnet

S.E. & O.



Ihr Kol Tuv-Team wünscht
A FREILICHEN PURIM

Rezept auf der Rückseite



Schmorbraten



REZEPT FÜR 4 PERSONEN

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten / Vorbereitungs-Ruhezeit: ca. 1 Tag
Schwierigkeitsgrad: mittel / Empfohlen: 1 kg Rinds-Schaukelbug

ZUTATEN FÜR DIE MARINADE

2 Zwiebeln	3 Lorbeerblätter
1 Rüebli	2 Gewürznelken
1 Sellerie	3 Wacholderbeeren
250 ml heller Essig	1 TL Schwarze Pfefferkörner
500 ml Wasser	3 Piment-Körner

DIE MARINADE

Das Gemüse schälen und in Scheiben bzw. Streifen schneiden. Wasser und Essig mit den Gewürzen aufkochen und das vorbereitete Gemüse dazugeben. Etwa 5 Min. leicht köcheln lassen. Das Fleisch mit der heissen Marinade übergiessen, es soll vollständig bedeckt sein.

Alles in einen grossen Gefrierbeutel geben, dann möglichst die ganze Luft herauspressen und gut verschliessen. Plastiksüsseln gehen auch, allerdings muss das Fleisch dann gelegentlich gewendet werden. Die Marinierzeit beträgt mindestens ein Tag.

DIE ZUBEREITUNG

Das Fleisch aus der Marinade nehmen und gut abtrocknen. Das Öl in einem Topf erhitzen und das Fleisch rundherum kräftig anbraten. Das geputzte und in Stücke geschnittene Gemüse dazugeben und mit der Marinade ablöschen. Bei kleiner Hitze 1½ bis 2 Stunden leicht ziehen lassen, dabei ab und zu den Braten wenden.

Zum Schluss die Sauce durch ein Sieb geben, das Vollkornbrot klein zerbröseln und zusammen mit den Weinbeeren dazu geben, 5–10 Min. köcheln lassen. Nochmals mit Salz, Pfeffer und eventuell etwas Marinade abschmecken.

Dazu passt Apfelmus oder auch Rotkohl.