

# Spezialitäts dal Grischun

---



## SAUERBRATEN MIT BÜNDNERFLEISCH ODER SPECK

*Der Sonntagsbraten aus Grossmutter's Küche*

### Zutaten

(für 4 Portionen)

#### Zutaten Bratgut

1 bis 1,5 kg Fleisch vom Rind, Schwein oder Wild

#### Zutaten für die Beize

1 l Rotwein / 1 dl Rotweinessig  
1 besteckte Zwiebel (Lorbeer und Nägeli)  
1 2 Knoblauchzehen halbiert  
½ TL grob gemahlener Pfeffer  
½ TL Rosmarinnadeln  
1 2 Karotten in Stengel geschnitten  
1 EL Wachholderbeeren (nur Wild)

#### Zutaten für das Braten

2 - 3 Esslöffel Öl  
Karotten, Zwiebeln, Knoblauch als Bratgarnitur  
2 EL Mehl / 1 EL Zucker  
4 dl gesiebte Beize  
1 Bratensaucenwürfel  
Salz, Pfeffer, Thymian  
1 Becher Halbrahm / 1 EL Butter  
150 - 200 g Bündnerfleisch (oder Bündnerfleisch Julienne) oder Speckstreifen

### Zubereitung

(Vorbereitungszeit: 1 Stunde, Zubereitungszeit: 2 1/2 Stunden)

- Die Zutaten für die Beize zusammen aufkochen und auskühlen lassen. Das Fleisch in die Beize einlegen, der Braten muss vollständig mit Beize bedeckt sein. In der Kühle 4 - 6 Tage stehen lassen und täglich wenden.
- Das Fleisch nach einigen Tagen aus der Beize nehmen, abtropfen lassen und mit Küchenpapier trocknen. Die Bratgarnitur im heißen Öl anbraten, dann das Fleisch rundherum braun mitbraten. Aus der Pfanne nehmen und den Zucker mit dem Mehl im restlichen Fett rösten. Dieses Bratextrakt mit der Beize ablöschen und unter ständigem Rühren aufkochen. Den Saft absieben und die Flüssigkeit mit dem Braten wieder in die Bratpfanne zurücklegen. Zusammen mit dem Gemüse auf kleinem Feuer oder im Backofen ca. 1 ½ bis 2 Stunden schmoren lassen.
- Bündnerfleisch oder Speck in Butter knusprig braten und warm stellen. Den Braten aus dem Ofen nehmen, in dünne Scheiben schneiden und auf einer vorgewärmten Platte

anrichten. Den Bratenjus nochmal aufkochen und nach Belieben mit Halbrahm verfeinern und heiss über das Gericht verteilen. Die gerösteten Bündnerfleisch- oder Speckstreifen darübergerben.

- Kartoffelstock oder hausgemachte Spätzli als Beilage dazu servieren.