



© Céline de Cérrou pour France Olive

rinderbäckchen nach provenzalischer art

Zutaten für 4 Personen:

- 500 g Rinderbäckchen
- 1 Dose geschälte Tomaten in Stücken (oder 350 g frische, gewürfelte Tomaten)
- 1 grüne Paprikaschote
- 1 rote Paprikaschote
- 1 Möhre
- 1 Stange Sellerie
- 3 Esslöffel Tomatenmark
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Flasche Rotwein
- 2 Esslöffel Huile d'olive d'Aix-en-Provence g.U.
- 100 g olives noires de Nyons g.U. (schwarze Oliven)
- Bouquet garni (Lorbeer, Thymian usw.)
- Salz, Pfeffer, Piment d'Espelette AOP (baskischer Chili)



Zubereitung: 20 Min.
Garzeit: 3 Std.

Rinderbäckchen in Stücke schneiden. Einen Esslöffel Olivenöl in einem gusseisernen Schmortopf erhitzen und die Fleischstücke darin von allen Seiten anbraten, sodass sie Farbe annehmen.

In der Zwischenzeit Knoblauch und Zwiebel sowie Paprika, Möhre und Sellerie (sowie die Tomaten, falls sie frisch sind) ggf. schälen und klein schneiden. Alles (außer Tomaten) in den Topf geben und bei starker Hitze 5 Minuten lang kochen, dabei ab und zu umrühren.

Tomaten in Stücken, Tomatenmark und dann Rotwein zugeben. Würzen und Bouquet garni hinzufügen. Umrühren, dann den Topf abdecken und die Hitze reduzieren.

Abgedeckt 3 Stunden bei schwacher Hitze kochen lassen (wenn Sie Zeit sparen wollen, entscheiden Sie sich für den Schnellkochtopf, 1 Stunde unter Druck). 30 Minuten vor Ende der Garzeit die schwarzen Oliven hinzugeben.

Abschmecken, einen Esslöffel Olivenöl und etwas Piment d'Espelette AOP hinzufügen.

Das fertige Gericht kann mit Nudeln oder Kartoffelpüree serviert werden.