

## Sauerbraten (marinades in vinegar) (for 4 persons)

**Braised beef is to be found on most menus throughout Germany. Especially in the Rhine valley it is considered a favourite dish. The basic preparation is quite similar everywhere, but the gravy is characterised by raisins and ginger bread.**

500-600 g beef

**Marinade:**

½ l water  
about 1/5 l vinegar  
3-4 peppercorns  
1 onion  
1-2 cloves  
1 bayleaf

**Gravy:**

30-40 g oil or margarine  
1 onion  
1 tomato  
some marinade  
½ cup water  
15 g flour

**Preparation:**

Rinse meat, bring marinade ingredients to a boil, let cool down a little, pour over meat, let marinade for 3-4 days.

Let meat drip dry, fry in oil or margarine on all sides for a few minutes, add onion and tomato (in large cubes), add some marinade and let braise for about 1 ½ hours. Add water by and by. Add flour and maybe little more water or marinade according to taste.

**Variation – Rhin valley variation**

125 g raisins, ginger bread, apple syrup, ¼ l sour cream

Fry meat as above, add raisins, salt and pepper, ginger bread. Let braise as above. Add apple syrup and sour cream according to taste.

**Serve braised beef with potatoe balls and apple sauce.**



### **Apple sauce**

600 g apples  
1/8 l water  
3-4 table spoons sugar  
juice and peel of half a lemon

Rinse and peel apples, remove core and seeds. Bring water, sugar and lemon peel to a boil. Cut apples into thick slices, add slices and lemon juice to the boiling sugar water. Continue to boil at reduced heat until mashy. Remove lemon peel, add little more lemon juice.



## Vanilla-curd cheese with fruit (Dessert)

1 x instant vanilla sauce

(Make sauce according to add instructions use but take only 3/8 l milk)

60 g sugar

1 tea spoon vanilla flavoured sugar

juice from ½ lemon

250 g curd cheese mix with some milk and with vanilla sauce

about 250 g fruit wash, peel if necessary, fill into bowl, cover within a dish (according to season)



Das ist der Sauerbraten in einer Marinade eingelegt.

This is the braised beef marinades in vinegar.

Er wird angebraten und muss dann 1 ½ Stunden schmoren.

The meat drip dry, fry in oil or margarine on all sides for a few minutes, add some marinade and let braise for about 1 ½ hour.



Hier wird das Apfelmus zubereitet.  
Here the apple sauce became prepare.



Hier werden die Knödel zubereitet.  
Here the potatoe balls became prepare.



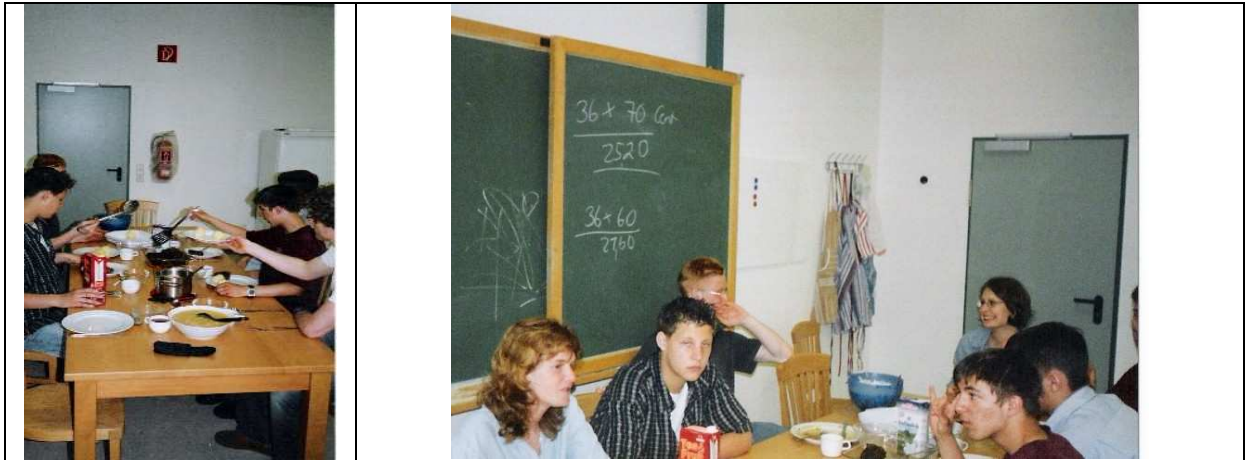
Nun muss noch der Nachtisch zubereitet werden.  
Now the dessert must be prepared.



Unser traditionelles Gericht ist fertig  
Our tradional meal is ready.



Jetzt essen wir  
Now we are eating



Nach dem Essen müssen wir noch spülen, abtrocknen und aufräumen.  
After the meal we must wash up, dry and put in order.



## Sauerbraten für 4 Personen

Sauerbraten steht auf den Speisekarten in fast allen deutschen Landschaften. Besonders im Rheinland gilt er als Lieblings-Gericht. Die Grundzubereitung ist überall gleich. Aber auf die Soße kommt es an. Im Rheinland enthält die Soße Rosinen und Pfefferkuchen.

500 – 600 g Rindfleisch

½ l Wasser

ca. 1/5 l Essig

3-4 Pfefferkörner

1 Zwiebel

1-2 Nelken

1 Lorbeerblatt

*Marinade*

30-40 g Fett zum Braten

1 Zwiebel

1 Tomate

etwas Marinade

½ Tasse Wasser

15 g Mehl

*Soße*

### Zubereitung:

Fleisch waschen, Marinadezutaten aufkochen, abkühlen lassen und über das Fleisch gießen. 2-3 Tage ziehen lassen.

Fleisch abtropfen lassen, in Bratfett anbraten, zerkleinerte Zwiebel und halbierte Tomate zufügen, etwas Marinade angießen und einschmoren lassen. Das restliche Wasser nach und nach zugießen.

Das Fleisch 1 ½ Stunden garen, die Flüssigkeit mit Mehl binden und die Soße abschmecken.

### **Variation: Rheinische Sauerbratensoße**

Fleisch anbraten, eingeweichte Rosinen 15 Minuten mitschmoren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Pfefferkuchen andicken. Mit Apfelkraut und saurer Sahne verfeinern.

Zutaten: 125 g Rosinen, Pfefferkuchenbrösel, Apfelkraut, ¼ l saure Sahne

**Sauerbraten wird mit Kartoffelklößen und Apfelmus zu Tisch gegeben.**

### **Apfelmus bzw. Apfelkompott**

600 g Äpfel

1/8 l Wasser

3-4 Esslöffel Zucker

Saft und Schale einer halben Zitrone

Die Äpfel waschen, dünn schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Das Wasser mit dem Zucker und der Zitronenschale zum Kochen bringen. Die Apfelviertel in dicke Scheiben schneiden, mit dem Zitronensaft in das Zuckerwasser geben und auf kleiner Flamme weichkochen. Die Zitronenschale entfernen und den Saft noch einmal mit Zitronensaft abschmecken.

### **Vanille-Quark mit Obst**

1 Päckchen Vanille-Soßenpulver mit nur 3/8 l Milch nach Anleitung eine dicke Soße herstellen.

60 g Zucker und 1 Vanillezucker Saft von ½ Zitrone dazugeben.

250 g Quark mit etwas Milch verrühren und über die Vanille-Soße geben.

Ca. 250 g Obst (je nach Jahreszeit) waschen, evt. schälen, in eine Schüssel geben.

Zum Schluss die Quarkspeise darüber geben und erkalten lassen.