

Tafelspitz in einer Orangenschalensoße

Fabiano Da Cunha Miguel



Zutaten

Rezept für 6 Personen

1,2 Kg	Tafelspitz
1,5 L	Rotwein
2 x	Orangenschalen (vorzugsweise trocken)
4 x	Zimtstangen
5 x	Lorbeerblätter
5 x	gehackte Knoblauchzehen
1 x	Oreganozweig oder 2 Esslöffel trockener Oregano
1 x	Rosmarinzweig
4 x	gestückelte Tomaten
3 EL	Olivenöl

Salz und schwarzen Pfeffer je nach Geschmack hinzufügen

Zubereitung

- Erhitzen Sie das Olivenöl in einem Topf und fügen Sie alle Gewürze hinzu.
- Anschließend lassen Sie es anbraten.
- Entweder als Ganzes oder in Stücke geschnitten, kommen dann der Tafelspitz, die Orangenschalen und die Zimtstangen hinzu.
- Kippen Sie nach und nach den Rotwein in den Topf, lassen Sie alles 1 Stunde lang kochen und fügen Sie dann die Tomaten hinzu.
- Anschließend stecken Sie den Topf für 30 Minuten in den auf 160°C vorgeheizten Ofen. Falls nötig geben Sie etwas Wasser hinzu.

Als Beilage empfehlen wir Ihnen:

Gratinierte Kartoffeln mit geschnittenem Rosmarin und geriebener Muskatnuss

