

# Rinder - Spickbraten

Der **Rinderspickbraten** ist ein klassisches [Bratenrezept](#), wie man es von früher kennt und heute immer noch lecker schmeckt.

## Zutaten: für 4 Personen

Etwa 800 - 1000 g Rinderspickbraten  
3 TL mittelscharfer Senf  
Salz  
Pfeffer  
1/8 l trockener Rotwein  
¼ Liter Brühe (Fertigprodukt)  
2 EL Öl zum Anbraten  
2 TL Speisestärke  
oder Bratensoße (Fertigprodukt)  
oder Soßenbinder zum Andicken der Soße  
2 EL Sahne



## Zubereitung:

Bei diesem Rezept **Rinder-Spickbraten** am Abend vor dem Zubereiten des Spickbraten, diesen ringsum salzen, etwas pfeffern und mit Senf bestreichen.

Zugedeckt über Nacht im Kühlschrank ruhen lassen.

Spickbraten ist ein gut abgehangener Rinderbraten, welcher vom Metzger mit mehreren dünnen Speckstreifen durchbohrt (gespickt) wurde.

Auf diese Weise wird der sonst gerne etwas trockene Rinderbraten wunderbar saftig und zart.

In jedem guten Haushaltsgeschäft gibt es eine so genannte Spicknadel zu kaufen. Damit kann auch die Hausfrau ihren Braten mit den Speckstreifen durchziehen. Die Anleitung steht auf der Packung. Bei uns im [Schwabenland](#) gibt es bei jedem guten Metzger fertig gespickten Rinderbraten zu kaufen.

Die Zubereitung eines **Spickbratens** ist sehr einfach.

In einem Topf Öl erhitzen, den in Senf marinierten Spickbraten auf beiden Seiten kräftig anbraten. Mit Brühe und Wein ablöschen.

Je nach Alter des Rindes, den **Spickbraten** etwa 2 – 2,5 Stunden langsam schmoren lassen, dabei den Braten ein paar Mal wenden.

Den Braten aus dem Sud nehmen.

Die Soße bis zur gewünschten Soßenmenge mit Brühe und Wein auffüllen.

Entweder mit einem handelsüblichen Päckchen für dunkle Soße, oder in etwas kaltem Wasser verrührte Speisestärke, die Soße andicken.

Gut mit trockenem Rotwein (Trollinger), eventuell nochmals Senf und Pfeffer abschmecken. Die Soße sollte schön weinwürzig und einen ganz leichten säuerlichen Geschmack bekommen.

Zuletzt noch mit einem Schuss Sahne verfeinern.

Dazu passen als Beilage Breite Nudeln, [Spätzle](#) und ein gemischter grüner [Salat](#).

## Kalorienangaben

Eine Portion Spickbraten mit Soße, ca. 470 kcal und ca. 20 g Fett