



Mittelalter Explorer
Rezepte Band 8
Kind

Inhaltsverzeichnis

Eintopf mit Rindfleisch	3
Essigfleisch.....	4
Filetspitzen in Knoblauchsoße.....	4
Gefüllte Kalbsbrust	5
Gefülltes Rinderfilet	6
Gehackte Kalbsleber	7
Gehackte Rinderzunge	8
Geschmortes Rindfleisch	9
Honigbraten.....	10
Kalbfleischklößchen	11
Kalbsfrikassee	12
Kalbsleberpastete.....	13
Kalbsnierenbraten im Teigmantel	14
Kalbsragout.....	16
Kalbsrollbraten	17
Kalbsspieße mit Senfsoße.....	18
Keftedes.....	18
Knoblauchrind	19
Kräuterrouladen	20
Moussaka.....	20
Ochsenschwanzragout	22
Pfefferpotthast	23
Pikante Hochrippe	24
Pilztopf mit Rindfleisch und Burgunder.....	25
Picadinho de Carne de Vaca	26
Rind in Wein geschmort	27
Rinderbraten 1.....	28
Rinderbraten 2.....	29
Rinderbraten 3.....	29
Rinderfilets	30
Rindergulasch 1	31
Rindergulasch 2	32
Rinderkasserole	33
Rinderragout.....	34

Rinderrippen 1.....	35
Rinderrippen 2.....	36
Rinderrouladen 1.....	37
Rinderrouladen 2.....	38
Rindertopf Brabanter Art	39
Rinderzunge.....	40
Rindfleischklößchen	41
Rindfleischknödel	42
Rindstopf 1	43
Rindstopf 2	44
Rindstopf 3	45
Rindstopf 4	45
Rollbraten.....	46
Saqu.....	47
Sarazentopf	49
Sauerbraten.....	50
Süß-saure Rinderleber.....	51
Türkisches Rindfleisch	52
Vinaigrette vom Rind.....	53
Würzfleisch.....	54



Eintopf mit Rindfleisch

4 Portionen

Zutaten

1 Kohlkopf (z.B. Wirsing, Spitzkohl)

2 große Zwiebeln

500g Rindfleisch

Thymian, Majoran, Liebstöckel, ganz wenig Salz

4 Fladenbrote (siehe Brotrezepte oder große Scheiben von dunklem Brot)

Zubereitung

Einen großen Topf zur Hälfte mit Wasser füllen und über ein offenes Feuer hängen

Rindfleisch in Würfelchen schneiden und dazugeben

Kohlkopf und Zwiebeln klein schneiden, waschen und ebenfalls dazugeben

Achtung: Kohl fällt beim Kochen stark in sich zusammen, also nicht noch mehr Wasser zugeben, auch wenn der Kohl zu Anfang nicht vollständig bedeckt ist

Mit Thymian, Majoran und Liebstöckel würzen (nicht geizen)

Mindestens 1½ Stunden köcheln lassen, bis Wasser verkocht, der Kohl zusammengefallen ist und das ganze einen sämigen Eintopf ergeben hat

Zum Schluss eine kleine Prise Salz dazugeben

Um den mittelalterlichen Geschmack nachzuahmen, sollte man möglichst auf Salz verzichten, denn es kam aus Kostengründen nicht in jede Speise; Geschmack erhielt das Essen durch die Kräuter. Zum Servieren den Eintopf auf flache Brotfladen geben; falls man keine Gelegenheit zum Selberbacken hat, reichen auch dicke Brotscheiben von dunklem, festen Brot als Teller. Gegessen wird mit den Fingern

www.magnanimitas.de

Essigfleisch

Deutschland, 16. Jhd.

Zutaten

500g Rindfleisch
1/2 Tasse (125ml) Rinderbrühe
1 Tasse (250ml) Rotweinessig
Schwarzer Pfeffer
1-2 EL Butter
1/2 TL frisch geriebener Ingwer
Frische Kräuter (Estragon, Petersil)

Zubereitung

Fleisch in dünne Streifen schneiden ($5 \times 2\frac{1}{2}$ cm)
Mit dem Messerrücken oder einem Fleischhammer weich klopfen
Im Essig 1 Stunde marinieren, abgießen, den Essig aufbewahren
Butter erhitzen, das Fleisch darin anbraten
Wenn das Fleisch braun ist, das Fett abgießen, Essig und Brühe zugeben
Mit Pfeffer und Ingwer abschmecken, einige Minuten köcheln
Kräuter zugeben, ~15 min weiterköcheln

Marx Rumpolt, Ein new Kochbuch, Vom Ochsen (49); Gwen Catrin von Berlin, The Stewpot Period Culinary Guild (SCA)

Filetspitzen in Knoblauchsoße

4 Portionen

Zutaten

3 EL Olivenöl extra vergine
8 Knoblauchzehen
375g Filetspitzen

Grobes Salz
1 EL Sherry Fino

Zubereitung

Eine Pfanne auf hohe Flamme stellen
Öl, Knoblauch und Fleisch hineingeben, wie gewünscht garen
Mit etwas Salz besprenkeln, Satz mit Sherry und etwas Wasser
loskochen

Shire of Vanished Wood Cooking Guild, SCA

Gefüllte Kalbsbrust

6 Portionen

Zutaten

Kalb

1kg Kalbsbrust ohne Knochen
50g Bratfett
½ l gute Fleischbrühe
1 EL Mehl

Füllung

250g Kalbfleisch (Schulter)
250g Rindfleisch (Schulternaht, Falsches Filet)
4 Eier
8 EL gehackte frische Kräuter (Petersil, Liebstöckel, Dill,
Schnittlauch. &c)
2 EL Semmelbrösel
Salz, Pfeffer, Muskat, Safran
Gleich beim Einkauf vom Metzger eine tiefe Tasche in die
Kalbsbrust schneiden lassen

Zubereitung

Das Fleisch für die Füllung fein wölfen, mit Eiern, Kräutern und Semmelbrösel einen glatten Teig bereiten, salzen, pfeffern, mit Muskat und ein wenig Safran pikant abschmecken
Die Farce in die Tasche der Kalbsbrust füllen und diese verschließen

Das Fleisch leicht salzen und rundherum anbräunen
Langsam ¼l Fleischbrühe zugießen, Topf zudecken und die Kalbsbrust ~2 Stunden auf mittlerer Hitze schmoren lassen
Herausnehmen und zugedeckt noch 10 min im Backofen warmstellen

Das Mehl im Schmorfond unter Rühren leicht anbräunen, die restliche Fleischbrühe zugießen, ~5 min unter Rühren kochen und die Soße abschmecken

Den Verschluss von der Kalbsbrust entfernen, das Fleisch in dicke Scheiben schneiden, anrichten und mit der Soße überzogen servieren

Dazu Abtsködel (siehe Mehlspeisen) und Erbsen-Möhren-Gemüse (siehe Gemüse)

Aus: Fahrenkamp, Mannsbild

Gefülltes Rinderfilet

Zutaten

Filet

1,2 kg Rinderfilet
Cognac
Fleischbrühe
Senf

Füllung

1 Zwiebel
Butter
150g frische Champignons
180g gekochter Schinken
je 5g Basilikum, Sellerie, Salbei
10g Petersilie

1 Ei
2 entrindete Semmeln (Brötchen)
etwas Sahne
Salz, Pfeffer

Zubereitung

Die gehackte Zwiebel in der Butter anrösten, dann Champignons, Schinken und die übrigen Kräuter fein zerhacken und beimengen
Das Ei, die in Rahm eingeweichten Semmeln, Salz und Pfeffer dazugeben und alles gut vermischen
Das Rinderfilet von den Sehnen befreien, von der Seite aufschneiden, mit einer Plastikfolie bedecken und gleichmäßig dünn klopfen
Das Filet mit der Farce füllen, aufrollen und mit einer Schnur binden, leicht salzen und mit Senf bestreichen.
Bei guter Hitze (~200° C) im Ofen ~20 min braten
Den Lungenbraten aus dem Topf nehmen, warmstellen und einen Teil des Fettes wegschütten, dann den Bratenfond mit etwas Cognac löschen und mit Fleischbrühe aufgießen
Die Soße reduzieren, dann passieren
Das Filet in ~16 Scheiben schneiden und auf einer Platte anrichten und garnieren

Dazu passen Karotten in Kerbelbutter.

Gehackte **R**albsleber

Frankreich, 15. Jhd.

Zutaten

250g Kalbsleber
2 EL Schmalz
3 Eier
1/4 TL Ingwer
1/4 TL Paradieskörner
8 Fäden Safran, zerstoßen
1/4 TL Salz

Zubereitung

Leber ~5 min simmern lassen, dann sehr fein hacken
Eier schlagen, Gewürze dazu
Schmalz zerlassen, Leber und Eier zufügen, ständig rühren, bis es fertig ist

Du Fait de Cuisine no. 61

Gehackte Rinderzunge

Italien, 16. Jhd.

Zutaten

1 Rinderzunge
1 EL gehackter Petersil
1 TL gehackte Minze
2 TL gehackter Salbei
Salz und Pfeffer
1 EL Olivenöl
Essig (Rotwein, Weißwein oder Apfelwein)

Zubereitung

Rinderzunge in Salzwasser gar kochen, hacken
Mit den frischen Kräutern vermischen, im Olivenöl sanft schmoren, salzen, pfeffern
Etwas Essig darüber geben, servieren

Platina, 1542, aus: Andrews, Elizabeth Buermann. De Honest Voluptate. The First Dated Cookery Book. St. Louis: Volume V from the Mallinckrodt Collection of Food Classics, 1967.

Geschmortes Rindfleisch

6 Personen

Zutaten

900g Rinderbraten
1 TL Bratfett
2 EL Petersil
2 Zwiebeln
2 EL Korinthen / Rosinen
1 TL Pfefferkörner
1/2 TL Zimt
1/4 TL Nelken (gemahlen oder 3-4 ganze)
3-4 Wacholderbeeren
2 Lorbeerblätter
1 TL Salz
275ml trockener Rotwein
2 TL Rotweinessig

Zubereitung

Den Ofen auf 190°C vorheizen, Fleisch mit Fett bestreichen und auf einem Rost mit Fettpfanne ~40 min braten
Zusammen mit dem Bratensaft in einen großen Topf/Bräter geben; mit den gehackten Zwiebeln, den Korinthen/Rosinen, den Gewürzen und dem Salz bedecken, Wein und Essig an der Seite dazu gießen

Bei geschlossenem Deckel ~45 min auf kleiner Flamme schmoren; kann wahlweise auch nochmals im Ofen bei 160°C geschmort werden.

Die Soße durchsiehen, das Fleisch 10 min ruhen lassen, dann in Scheiben schneiden und mit der Soße anrichten

Bei uns gab es dazu glasiertes Wurzelgemüse (siehe Gemüse) und selbstgebackenes Dinkelbrot (siehe Brotrezepte).

Aus: Black, Küchengeheimnisse

Honigbraten

Rom, Antike

8-10 Portionen

Zutaten

1-1½kg Rinderbraten

1 EL Salz

½ Tasse (125ml) Honig

Ofen auf 230°C vorheizen

Zubereitung

Braten mit Salz einreiben, in einen Bräter geben, in den Ofen stellen, Hitze auf 160°C reduzieren

Nach einer Stunde die Hälfte des Honigs über den Braten tröpfeln

Noch ½-1 Stunde braten, herausnehmen, kurz setzen lassen, aufschneiden, kurz in die Bratensaft/Honig-Mischung geben
Mit dem restlichen Honig als 'Dip' auftragen

Anmerkung des Überlieferers:

Wie es sich herausstellte, wurde das Rindfleisch etwas garer gekocht als ich beabsichtigt hatte. Sobald es jedoch in Scheiben geschnitten und für kurze Zeit in die Kochsäfte gelegt wurde, saugte es den Honiggeschmack noch besser auf und war nicht zu trocken und sehr zart.

*Apicius, #268; Arwen Southernwood, The Stewpot Period
Culinary Guild (SCA)*

Kalbfleischklößchen

Deutschland, 15. Jhd.

4 Personen

Zutaten

Klößchen

500g Kalbfleisch
2 Weizenbrötchen
2 Eier
1 Zwiebel
Salz, Pfeffer
($\frac{1}{2}$ l Fleischbrühe)

Petersiliensoße

1 Bund Petersilie
40g Mehl
40g Butter
1-2 Eigelb

Zubereitung

Das Kalbfleisch fein wolfen
Die Brötchen einweichen, gut ausdrücken, ebenfalls fein wolfen
Zwiebel fein würfeln
Fleisch mit Brötchen, Eiern und Zwiebel vermischen, mit
Pfeffer und Salz abschmecken
Aus der Fleischteigmasse kleine Klöße formen und in der eben
kochenden Brühe gar ziehen lassen
Herausnehmen und warm stellen
Die Brühe durchseihen

*Der erste Vorschlag des Rezepts, die Klößchen nur mit
Petersilie bestreut zu servieren, ist nur empfehlenswert, wenn
man eine andere Soße dazu reicht, (siehe Tunken)
z.B. Minzsoße, Schwallenbergs Soße, Soße zu weißen Hühnern.
Die Klößchen sind sonst ziemlich trocken*

Außerdem dazu: (siehe Tunken) Winzersoße, Knoblauchsoße, Soße zu Fleisch

Man kann aber auch eine Petersiliensoße dazu reichen:

Die Petersilie fein hacken

Aus Butter und Mehl eine helle Schwitze bereiten, mit der durchgeseihten Brühe ablöschen, mit 1-2 aufgeschlagenen Eigelben binden

Ggf. mit Pfeffer und Salz abschmecken

Die gehackte Petersilie hineinstreuen und die Soße über die Klößchen gießen

Anstatt die Klößchen in der Brühe gar ziehen zu lassen, kann man sie auch in der Pfanne braten, wie der letzte Vorschlag des Rezepts angibt.

Dazu passen als Soße (siehe Tunken) Agraz, Codiment, Knoblauch-Salbei-Soße oder Soße zu Roten Hühnern.

Zu allen Varianten passt Reis.

Alemannisches Buch von guter Speise (42), Anf. 15. Jh., aus: Ehlert, Kochbuch, auch in: Fahrenkamp, Mannsbild

Kalbsfrikassee

England, 17. Jhd.

Zutaten

1 Kalbshaxe

1-2 Zwiebeln

Thymian, Majoran

20 weiße Pfefferkörner

1 Tasse (225ml) Weißwein

125g Butter

2 Tassen (450ml) Rinderbrühe

4-5 Nelken

1½ TL Petersil

1 Orange

Zubereitung

Fleisch in dünne Scheiben schneiden und weichklopfen
In eine Pfanne geben und mit 1 Tasse Wasser bedecken
Geviertelte Zwiebeln sowie Thymian und Majoran nach
Geschmack zugeben
Kochen, bis die Zwiebeln weich sind
Mit Salz und den Pfefferkörnern würzen
Wenn das Fleisch weich ist, Wein, Eidotter, Butter, Petersil
und Brühe zugeben, gut vermischen
Erhitzen, Zwiebeln und Kräuterstiele wegwerfen
Orange hineinpressen, auftragen

*Sir Kelme Digbie's; Shire of Vanished Wood Coking
Guild, SCA*

Kalbsleberpastete

Deutschland, 15. Jhd.

4 Personen

Zutaten

500g Kalbsleber
100g fetter Speck (gewürfelt)
150g fetter Speck (in dünne Scheiben geschnitten)
3 EL Honig
50g Rosinen
2 Eier
2 Scheiben Weißbrot
½ Bd. Petersil
2 Stiele frische Koriander
1 St Ingwer (oder ½ TL Pulver)
1 Msp Muskat
1 Prise Thymian
Pfeffer
½ TL Salz
Bratfett

Anmerkung des Überlieferers

Wenn man, wie im Originalrezept beschrieben, eine relativ feste Leberfarce machen wollte, um sie am Ende am Spieß zu grillen, müsste man sehr viel mehr Mehl und/oder Weißbrot hinzufügen. Ich ziehe es daher vor, die Leberfarce in einer Pastetenform im Wasserbad zu garen.

Zubereitung

Leber säubern, waschen, trockentupfen

Auf dem Grill fast gar rösten oder mit etwas Fett in einer

Pfanne von beiden Seiten anbraten

Die Leber herausnehmen, zunächst würfeln, dann im Mixer

pürieren, mit 2 EL Honig, den Rosinen, den Eiern, dem

zerpflückten Weißbrot und den Gewürzen vermischen

Den fein gewürfelten Speck auslassen, die Würfel unter die

Leberfarce mischen und das ausgelassene Fett mit dem

restlichen Honig vermischen

Eine (ovale) Pastetenform mit den dünnen Speckscheiben

auslegen, die Leberfarce hineingeben, mit dem Honig-Fett-

Gemisch bepinseln und mit dünnen Speckscheiben abdecken

Die Form in ein Wasserbad stellen und zunächst auf dem Herd

zum Kochen bringen, dann im Backofen bei 165-170°C 2

Stunden lang garen

*Niederdeutsches Kochbuch (19), um 1500; aus: Ehlert,
Kochbuch*

Kalbsnierenbraten im Teigmantel

Deutschland, 16. Jhd.

4 Personen

Zutaten

Teig

250g Roggenmehl

2 Eier

25g Schweineschmalz

2-3 EL Wasser

1 Prise Salz

1 Eiklar

Braten

1 Kalbsnierenbraten (gerollt)

1 TL Salz

1/2 TL Pfeffer

3 Knoblauchzehen

Zubereitung

Den Kalbsnierenbraten kurz in kochendem Wasser blanchieren
Das Schmalz mit dem Wasser erhitzen und etwas abkühlen lassen

Das Mehl in eine Rührschüssel oder auf die Arbeitsfläche geben, in die Mitte eine Vertiefung hineindrücken, die Eier, das Salz und die abgekühlte Wasser-Schmalz-Mischung hinzugeben und zu einem festen Teig verkneten

2 Stunden kühl ruhen lassen

Den Backofen auf 200°C vorheizen

Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen

Die Knoblauchzehen durch die Knoblauchpresse drücken, mit Pfeffer und Salz vermischen und den Braten von allen Seiten damit einreiben

Den Braten auf den Teig setzen und darin einschlagen; die Nahtstellen mit Eiklar anfeuchten und gut verschließen

Auf ein gefettetes Backblech setzen und in ~1 1/2-2 Stunden gar backen

Dazu passen (siehe Tunken) Knoblauch-Salbei-Soße (besonders gut), Minzsoße, Schwallenbergs Soße, Soße zu weißen Hühnern oder Grüne Soße sowie (siehe Gemüse) Erbsen auf höfische Art, Pomeranzengemüse oder Feigenpfeffer.

Marx Rumpolt: Ein New Kochbuch, 1581; aus: Ehlert, Kochbuch

Kalbsragout

Frankreich, 14. Jhd.

Zutaten

2 Kalbsfilets
1 mittelgroße Zwiebel, feingewürfelt
1 EL Olivenöl
3 EL Brotkrumen
1 EL Rotweinessig
¼l Rindsbouillon
½ TL poudre forte (siehe Gewürze)
1 Prise Safran

Zubereitung

Filets und Zwiebel in Olivenöl anbräunen
Die restlichen Zutaten vermischen und darüber geben
10 min simmern lassen
Sofort auftragen

Original-Beilage: geschmorte Pastinaken.

Zutaten

600 g Pastinaken
30 g Butter
100 ml Gemüsesuppe
3 Priesen Salz
1 Priese Majoran
½ Bd. Petersil

Zubereitung

Die Pastinaken schälen, putzen und längs halbieren. Wenn sehr große dabei sind, dann vierteln, sie sollten alle dieselbe Größe haben.

Die Butter in einer großen Pfanne zerlassen und die Pastinaken darin rundum anbraten. Mit der Gemüsesuppe ablöschen,

Majoran zugeben und halb zugedeckt bei geringer Hitze weichschmoren lassen.

Die Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken. Die Pastinaken mit Salz und Pfeffer aus der Mühle abschmecken und mit Petersilie bestreut anrichten

Le Viandier de Taillevent, 1310, translated by James Prescott, edited by Michelle Groulx (SCA)

Kalbsrollbraten

Italien, 16. Jhd.

6 Personen

Zutaten

1500g mageres Fleisch aus der hinteren Kalbskeule (evtl. aus der Nuss)

125g durchwachsener geräucherter Speck

Fenchelsamen, Majoran

1 Bd. Petersil

Salz, Pfeffer

50g Butter

1 Rollbratennetz

Zubereitung

Das Fleisch flachklopfen, ohne es zu zerreißen

Die Gewürze (nicht sparsam!) und den feingewürfelten Speck darauf streuen, zusammenrollen, mit einem Rollbratennetz überziehen und am Spieß auf dem vorgeheizten Grill ~1½

Stunden grillen; dabei den Bratensaft auffangen

Zwischendurch mit Butter und Bratensaft bepinseln

Platina Cremonensis (Bartolomeo Sacchi da Platina): Von der Ehrlichen ziemlichen/ auch erlaubten Wollust des Leibs (XXXIVv), 1542; aus: Ehlert, Kochbuch

Kalbsspieße mit Senfsoße

Zutaten

1 Kalbsnuss (~1000g)
1 Bd. Petersil
1 Bd. Schnittlauch
10 Schalotten
10 große Champignons
Salz
Pfeffer
Öl zum Einstreichen

Zubereitung

Die mürbe Kalbsnuss häuten und quer zur Faser in 12-16 Scheiben schneiden, mit der Hand leicht anklopfen und in einen gefettete Auflaufform legen
Darüber feingehackt Petersil, Schnittlauch, Schalotten und Champignons, mit Salz, frisch gemahlenem Pfeffer und Öl vermischt geben
Zugedeckt 2 Stunden stehenlassen
Dann die Kalbfleischscheiben zusammenklappen und auf Spieße stecken
Über dem Holzkohlegrill oder im Backofengrill garen, mit Würziger Senfsoße (siehe Tunken) übergießen und auftragen

Aus: Fahrenkamp, Mannsbild

Reftedes

Byzanz

Zutaten

500g mageres Rinder- oder Kalbshackfleisch (oder gewolft)
1 mittlere Zwiebel, feingehackt
1 Knoblauchzehe, zerdrückt

2 Scheiben Brot, entrindet, in Wasser eingeweicht und ausgepresst
1 Ei, leicht geschlagen
3 EL gehackter Petersil
2 Zweige frische Minze
½ TL gemahlener Zimt
1 EL Rotwein
2-3 EL Wasser, wenn nötig
Salz
1 Tasse feingemahlene Gerste oder Gerstenmehl
Olivenöl

Zubereitung

Alle Zutaten außer dem Gerstenmehl und dem Öl vermischen, würzen, 1 Stunde kaltstellen
walnussgroße Stücke abstechen, zu Knödelchen formen und im Gerstenmehl wälzen
Öl bis kurz vor den Rauchpunkt erhitzen, Fleischknödel darin frittieren, bis sie knusprig sind, herausnehmen und abtropfen

Aus einem griechischen Rezept 'periodisiert' (Byzanz, 395-1453) von Gode Cookery

Knoblauchrind

112 Portionen

Zutaten

17-20kg Rinderbraten
1 Tasse gehackter Knoblauch
½ Tasse grobkörniges Salz
⅓ Tasse gemahlener Pfeffer

Zubereitung

Fleisch säubern, von überschüssigem Fett befreien, in Bratengröße schneiden
Braten einstechen, mit Salz, Knoblauch und Pfeffer einreiben
Ofen auf 200°C vorheizen

Braten in den Ofen geben, nach 20 min auf 90°C
herunterdrehen, 4-6 Stunden weiterbraten
Herausnehmen, aufschneiden, auftragen

Kräuterrouladen

Italien, 16. Jhd.

Zutaten

750g mageres Kalbsfleisch, in Rouladen geschnitten
1 TL Salz
1 TL gemahlene Fenchelsaat
2 TL frischer Majoran
3 EL Petersil
2 EL Butter oder Schmalz
1 TL getrockneter Thymian
2 EL frisches Basilikum

Zubereitung

Petersil, Majoran und Basilikum grob hacken
Salz und Fenchel auf die Fleischscheiben streuen, diese mit
Butterflöckchen und den restlichen Kräutern bestreuen
Fleisch in Richtung der Fasern aufrollen, bei 180°C 40 min
backen

Platina book 6

Moussaka

Byzanz

Zutaten

1½ Tassen Gerste
Salz
¾ Tasse Feta, zerbröseln
½kg Rinderhack

1 feingehackte Zwiebel
Brotkrumen
4 Zucchini in Scheiben

Weißer Soße

5-6 EL Olivenöl
5-6 EL Mehl
700ml warme Milch
1 Prise Salz

Zubereitung

Die Gerste in Salzwasser weich kochen, abgießen und zur Seite stellen

Zucchinischeiben mit Salz bestreuen und 10 min stehen lassen, dann ausdrücken

Hackfleisch und Zwiebeln anbräunen

Zucchini zum Hackfleisch geben und kurz mitdünsten

Die Hälfte des Feta und die Hackfleischmischung mit der Gerste vermischen

Eine Backform (~23×30×7½cm) mit dem Olivenöl einölen und die Gerstenmischung hineingeben

Das Öl für die Weiße Soße in einem schweren Topf erhitzen, das Mehl einrühren und die warme Milch unter ständigem Rühren zugeben, es soll eine glatte Soße ergeben

Die Prise Salz zugeben, den restlichen Feta einrühren

Die Soße über die Gerste geben, mit Brotkrumen bestreuen und bei 180°C 30-40 min backen lassen

Aus dem Ofen nehmen und 10 min ruhen lassen, aufschneiden und auftragen

Aus einem griechischen Rezept 'periodisiert' (Byzanz, 395-1453) von Gode Cookery

Ochsenschwanzragout

Deutschland, 16. Jhd.

4 Personen

Zutaten

1½ kg Ochsenschwanz, in Stücke gehackt
30g Rindertalg
1-2 Markknochen
150g ungeräucherter, durchwachsener Speck
2 Zwiebeln
1 Bund Suppenkraut
1 Lorbeerblatt
350g junge Möhren
¼ l Fleischbrühe
2 Glas kräftigen Rotwein (evtl. Portwein oder Madeira)
1 Brötchen
2-3 Sellerieblätter
1 Bund Petersilie
1 TL Kerbel
Salz, Pfeffer

Zubereitung

Suppenkraut und Zwiebeln putzen und kleinschneiden
Speck fein würfeln
Rindertalg in einem Bräter auslassen, erst die Speckwürfel und dann die Ochsenschwanzstücke darin kräftig anbraten, pfeffern und salzen
Hitze reduzieren, Suppenkraut, Selleriekraut und Zwiebeln hinzufügen und kurz mit anbraten
Mit Fleischbrühe ablöschen, Lorbeerblatt hinzufügen und 1-1½ Stunden köcheln lassen
Nach ~1 Stunde die geputzten Möhren und die Markknochen hinzugeben
Die Markknochen nach 10 min herausnehmen, das Mark auslösen, in Scheiben schneiden und beiseite stellen
Nach 20 min die Möhren herausnehmen und in grobe Scheiben schneiden, beiseitelegen

Wenn das Fleisch gar, aber noch von fester Konsistenz ist, aus dem Sud nehmen, vom Knochen lösen, klein schneiden und beiseite stellen

Die Brühe völlig erkalten lassen, dann das Fett von der Brühe nehmen

Die Brühe erneut aufsetzen, Rotwein hinzufügen

Das Brötchen zerpfücken und in die Brühe geben, kurz aufkochen lassen

Durch ein Sieb schlagen, wieder zum Feuer setzen und auf etwa die Hälfte reduzieren

Sellerieblätter fein hacken

Möhrenscheiben, Fleisch und Mark wieder hineingeben, mit gehackter Petersilie, Sellerieblättern und Kerbel bestreuen und heiß auftragen

Dazu passen Fladenbrote (siehe Brotrezepte) oder Teigwaren

Marx Rumpolt: Ein New Kochbuch (73), 1581, aus: Ehlert, Kochbuch

Pfefferpotthast

Zutaten

1kg Rinderkamm

1 TL Salz

500g Zwiebeln in Scheiben

70g Schmalz

10 Pfefferkörner im Mörser zerstampft

1 großes Lorbeerblatt

2 Nelken

1 EL Kapern

1 Liter Fleischbrühe

Saft oder geriebene Schale einer Zitrone

etwas Bier

Paniermehl

grob gemahlener Pfeffer

Zubereitung

Das Fett in einer großen Kasserolle erhitzen

Das in große Würfel geschnittenen Fleisch unter häufigem Wenden nur kurz anbraten
Zwiebeln zum Gelbrösten dazugeben, mit Brühe ablöschen und den "Pott" würzen
Das Fleisch 90 min langsam schmoren, bis es weich ist.
Soße mit Paniermehl abbinden und mit Zitronensaft, Bier und Kapern würzig abschmecken
Eine Prise Zucker macht den Potthast lieblich
Grob gemahlene Pfeffer darüberstreuen, in einer Ragout Schüssel auftragen

Pikante Hochrippe

Zutaten

1kg Hochrippe
Salz, Pfeffer, Petersil, Dill, Liebstöckel, Thymian
2 EL Schmalz
½ l Fleischbrühe
2 Karotten
1 Zwiebel
1 Petersilwurzel
¼ Sellerieknolle
3-4 EL saure Sahne
100g Butter
3 Eier
4 EL Semmelbrösel
2-3 EL gehackter Petersil

Zubereitung

Fleisch säubern, mit den Gewürzen und den Kräutern kräftig einreiben, die Fleischbrühe und die geputzten, kleingeschnittenen Gemüse zugeben
~60 min unter mehrfachem Begießen schmoren
Inzwischen aus Butter, Eiern, Semmelbröseln, Petersil und Salz eine cremige Paste bereiten
Fleisch aus dem Topf nehmen, gut abtropfen lassen, dick mit der Paste einstreichen und ~15 min im Ofen bei 225°C überbacken; dann im ausgeschalteten Ofen ~10 min ruhen lassen

Währenddessen den Schmorfond durchpassieren, mit der Sahne binden und abschmecken
Fleisch vom Knochen lösen, in dicke Scheiben schneiden, anrichten und mit der Soße überziehen

Aus: Fahrenkamp, Mannsbild

Pilztopf mit Rindfleisch und Burgunder

8-10 Portionen

Zutaten

1/2kg Rindergulasch
2 Zwiebeln
1/2 l Wasser
3 Lorbeerblätter
2 EL Öl
1kg Pilze in Scheiben
1/2 Flasche Burgunder
Knoblauch, Salz, Pfeffer
2 EL Estragon

Zubereitung

Fleisch, Zwiebeln und Pilze anbräunen
Wein, Wasser und Kräuter zugeben
Simmern lassen, bis das Fleisch durch ist

*Gwenhyfar Arwan Anu, mka: Lisa C. Holcomb, Shire of
Novus Matisco (SCA)*

Picadinho de Carne de Baca

Portugal, 15. Jhd.

Zutaten

1kg Rindfleisch
¼ TL Nelken
20 Safranfäden
1 TL Pfeffer
1 TL Ingwer
4 TL Zwiebelsaft
2 EL Weinessig
¾ TL Salz
2 EL Öl
6 Scheiben Brot
4 TL grüner Koriander
2 TL Minze
¼ Tasse Petersilie

Zubereitung

Fleisch hacken und mit allen anderen Zutaten außer dem Öl vermischen

Öl auf mittlere Hitze bringen, das Fleisch zugeben und ~20 min braten

Dabei ständig rühren, bis Wasser aus dem Fleisch kommt, dann nur noch gelegentlich

Wenn es immer noch feucht wirkt, aber keine Flüssigkeit mehr in der Pfanne steht, herausnehmen

Auf Brot, Weißbrot geröstet oder Reis auftragen

Aus einem portugiesischen Kochbuch

Rind in Wein geschmort

Frankreich, 14. Jhd.

Zutaten

750g Rinderbraten
1 Zwiebel, feingehackt
1/2 Bd. Petersil, feingehackt
200ml Wein
600ml Rinderbrühe
frischer Majoran
Safran

Zubereitung

Aus Wein, Brühe, Zwiebel, Safran und Petersil eine Marinade bereiten und das Fleisch darin über Nacht (oder länger) marinieren

Das Fleisch herausnehmen, von allen Seiten anbräunen
Mit der Marinade in einen Bräter geben, bei 180°C 2 Stunden schmoren, dabei hin und wieder mit der Flüssigkeit begießen
Fleisch herausnehmen, kurz ruhen lassen, aufschneiden, mit Majoran garnieren

Anmerkung der Überlieferin:

Offensichtlich besteht mein Rezept aus einer Kombination aus historischen Rindfleischgerichten und nicht einer strengen Abnahme eines einzelnen Gerichts. Da so viele Fleisch - und Geflügelgerichte in der französischen Zeit alle Zimt, Ingwer, Zucker, Safran und Essig enthielten, versuchte ich, den Geschmack dieses Festes zu variieren, indem ich jede Zutat nur auf bestimmte Rezepte beschränkte (innerhalb der Parameter des bestehende Rezepte aus der Zeit). Ich kombinierte auch die Kochtechniken - das Fleisch bräunen, aber ganze Braten verwenden und in Wein und Brühe kochen. Diese und die beiden anderen Fleischgerichte sind absichtlich etwas weniger gewürzt als die ursprünglichen Rezepte der damaligen Zeit, so dass die Gäste die Auswahl an Saucen, die heute Abend serviert werden, besser genießen können. – Katja

*Her Ladyship Katja Davidova Orlova Khazarina, The
Cauldron Bleu Cooks Guild, SCA*

Kinderbraten 1

Deutschland, 14. Jhd.

Zutaten

750g Rindfleisch
1/2 geschnittene Zwiebel
Lorbeerblatt
1/2 TL Wacholderbeeren
60ml Balsamessig
1/4 l Weißwein
2 TL Zucker
1-2 Scheiben zerzupftes Weißbrot

Zubereitung

Aus den Zutaten (außer Fleisch, Zucker und Brot) eine
Marinade herstellen
Die Marinade kochen, bis die Zwiebel durch bzw. transparent
ist
Über das Fleisch geben lassen und 2-3 Tage marinieren lassen,
dabei 2× täglich wenden
Fleisch aus der Marinade nehmen und braten
Marinade erhitzen, Zucker zugeben, mit dem Weißbrot zu einer
Soße binden
Aufgeschnittenes Fleisch mit der Soße (getrennt) und vielleicht
noch der Minzsoße (die auf demselben Rezept beruht)
servieren

Das buoch von guoter spise (41), 1345/52

Rinderbraten 2

England, 17. Jhd.

Zutaten

1kg Rinderbraten
Butter und/oder Öl
Salbei, Knoblauch, Basilikum, Oregano, Zibeben,
Paradieskörner, Salz
1 Orange, ausgepresst, die Schale feingehackt
1 Tasse (225ml) hausgemachte Rinderbrühe

Zubereitung

Die tote Kuh mit den Gewürzen und der Orangenschale gut einreiben und mindestens über Nacht marinieren
Gut abreiben, auf allen Seiten anbräunen, in der Brühe bei 180°C 2-2½ Stunden braten
Den Fond mit dem Orangensaft loskochen, Knoblauch andünsten, zum Fond geben
Die resultierende Soße leicht reduzieren, zum Braten reichen

Robert May, The Accomplisht Cook, 1660; Lady Katja Orlova, SCA

Rinderbraten 3

Deutschland, 16. Jhd.

Zutaten

1¼ kg Rinderbraten
1 Tasse (225ml) Essig
1 Tasse (225ml) Wasser
5 Knoblauchzehen
Pfeffer
1 EL Butter

Zubereitung

Fleisch waschen

Zerdrückten Knoblauch, Essig und Wasser mischen, das
Fleisch darin 24 Stunden marinieren

Herausnehmen, salzen, bei 230°C 10 min, dann bei 160°C
fertig braten

Inzwischen die Marinade durchseihen, mit Butter und Pfeffer
zum Köcheln bringen, auf die Hälfte reduzieren

Während der letzten paar Minuten das Fleisch mit der Soße
besprenkeln

Mit der Soße den Bratenfond loskochen, getrennt auftragen

*Marx Rumpolt, Ein new Kochbuch, Vom Ochsen; The
Honorable Lady Gwen Catrin von Berlin, SCA*

Rinderfilets

Zutaten

500g Rindfleisch pro Person

Burgunder Wein

frischer Petersil (1 Bd. pro 2½kg Fleisch)

frischer Rosmarin (1 Zweig pro 2½kg Fleisch)

Macis/Muskatblüte (1 TL pro 1½kg Fleisch)

Salz

1 Zitrone pro 1½kg Fleisch, in Scheiben geschnitten

Butter, Öl

Zubereitung

Fleisch in einer Butter-Öl-Mischung gut anbräunen

Fleisch, Petersil, Rosmarin, Macis und Zitronen in eine
Bratform geben

Mit Burgunder bedecken

Bei 180°C 3-4 Stunden backen

*Her Excellency Baronessa Ilaria Francesca Aldobrandini
(Shire of Castlemere Cooks); Barbara Santich, The Original
Mediterranean Cuisine: Medieval recipes for today*

Rindergulasch 1

Frankreich, 14. Jhd.

Zutaten

1kg Rindfleisch (Falsches Filet, Schulter)

100g durchwachsener Speck

2 Zwiebeln

1-2 Knoblauchzehen

¼l fruchtiger Rotwein

Salz, Pfeffer

1-2 Nelken

1 EL Zitronensaft

½ TL Ingwerpulver

½ TL Zimt

1 Prise Kardamom

Evtl. Fleischbrühe

Zubereitung

Das gesäuberte Fleisch mundgerecht würfeln

Speck würfeln, auf milder Hitze im Schmortopf auslassen

Zwiebel und Knoblauch feinhacken, zum Speck geben, unter

Rühren glasig werden lassen

Fleisch zugeben, rundherum gut anbraten

Pfeffern, salzen, Nelken und Wein zufügen und zugedeckt auf milder Hitze ~90 min schmoren

Mit Zitronensaft und den Gewürzen pikant abschmecken

Wenn der Schmorfond zu dickflüssig ist, evtl. mit etwas Brühe verlängern und nochmals aufkochen

Dazu: Fromentée (siehe Mehlspeisen)

Viandier de Taillevent, 1395, aus: Fahrenkamp, Mannsbild

Rindergulasch 2

England, 15. Jhd.

Für 6 hungrige Krieger

Zutaten

1kg Rindergulasch
2 große Zwiebeln, gehackt
je 1 TL zerdrückte Zibeben, Zimt, Nelkenpulver, Macis
(Muskatblüte), Paradieskörner
¼ Tasse frischer Salbei, gehackt
¼ Tasse frischer Petersil, gehackt
1 Tasse Brotkrumen
¼ Tasse (60ml) Essig
Salz

Zubereitung

In einem schweren Topf Fleisch und Zwiebeln anbräunen
Wasser (oder Zwiebelsuppe) zugießen, bis das Fleisch bedeckt
ist
Kräuter und Gewürze zugeben, zum Köcheln bringen, Topf
schließen und 1 Stunde köcheln lassen
Inzwischen Brotkrumen und Essig in einer Schüssel zu einer
glatten Paste stoßen und rühren
Kurz vor Ende der Garzeit dazu einen Schöpflöffel Brühe
geben, durchrühren
In die Brühe rühren und diese andicken lassen
Mit Salz abschmecken und auftragen

*Harleian MS 279 vj; Lady Caointiarn (SCA); Stefan's
Florilegium*

Rinderkasserole

Spanien, 16. Jhd.

Zutaten

1 TL geriebener Ingwer
1/2 TL geriebener Muskat
1 TL zerdrückte Paradieskörner
15-18 Safranfäden, in etwas heißem Wasser aufgelöst
1 Tasse (~225ml) Bitterorangensaft
2 EL Olivenöl
1/2 TL gemahlener Zimt
2 gemörserte Nelken
2 Eier
4 Tassen (~1l) Rinderbrühe
1 1/2kg Rindfleisch (Gulasch)

Zubereitung

Die Hälfte des Orangensaftes in eine Schüssel geben, Ingwer, Muskat, Paradieskörner und Safran zugeben, gut mischen
Fleisch in walnussgroße Stücke schneiden
Ofen auf 150°C vorheizen
Den Boden einer Kasserole mit Olivenöl bedecken, bis kurz vor den Rauchpunkt erhitzen
Fleisch zugeben, von allen Seiten scharf anbraten
Orangensaft-Gewürzmischung und Rinderbrühe zugeben, gut einrühren, zum Kochen bringen
Kasserole verschließen und in den Ofen geben, ~2 Stunden kochen lassen, bis das Fleisch sehr zart ist
Aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen
Die Flüssigkeit bis auf ~1cm aus der Kasserole entfernen (daraus, wenn gewünscht, eine Soße bereiten)
Zimt und Nelken zu den Eiern geben, gut verschlagen
Eiermischung mit etwas von dem Fleischsaft temperieren, dann unter Rühren in die Kasserole geben
Wieder aufs Feuer setzen und zum Simmern bringen
Kurz vor dem Auftragen den restlichen Orangensaft zugeben, unter ständigem Rühren nochmals erhitzen

Rupert de Nola, Libre del Coch; Lady Brighid ni Chiarain (SCA).

Rinderragout

4-5 Personen

Zutaten

1kg Rindfleisch aus der Keule, in Würfel geschnitten
100g durchwachsener Speck
Butter oder Schmalz (ich empfehle letzteres)
1 Glas guter Rotwein
2 Zwiebeln, in Ringe geschnitten
etwas Zitronensaft
1/2 TL Zimt
1/2 TL gemahlener Ingwer
2 Gewürznelken
gebe auch noch ~2 TL frisch zerstoßenen Koriander dazu
Kardamomkörner aus 4 Schoten (gemahlen), auch 1/2 TL
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Den Speck fein würfeln und in einem nussgroßen Stück Butter oder Schweineschmalz auslassen.

Die Zwiebelringe hinzufügen und glasig dünsten, schließlich das Rindfleisch dazugeben und von allen Seiten anbräunen

Mit Rotwein ablöschen, salzen, pfeffern und zugedeckt bei schwacher Hitze schmoren lassen

Nach ~3 Stunden die Gewürze und etwas Zitronensaft hinzufügen (kann auch etwas früher sein)

Die Soße, wenn nötig mit etwas Wasser verdünnen; falls sie allerdings noch zu dünnflüssig erscheint, ein wenig Mehl (was Geschmack nimmt) oder geröstetes, zerkleinertes Weißbrot sowie zusätzlich noch etwas Zimt und Ingwer hinzufügen
Dazu schmecken Reis und Erbsen auf höfische Art. (siehe Gemüse)

Rinderrippen 1

England, 15. Jhd.

Zutaten

4kg Rinderrippen
1/2 Tasse frischer, gehackter Petersil
1-2 große Zwiebeln, gehackt
2 Tassen Korinthen
je 1 EL Pfeffer, Zimt, Nelken
1 EL Rote Lebensmittelfarbe
einige Safranfäden
1 TL Salz
3l Rotwein
1 1/2 Tassen (350ml) Rotweinessig

Zubereitung

Fleisch fertig braten oder grillen, dann in einen großen Bräter legen
In einem Topf alle anderen Zutaten mischen, zum Kochen bringen
Simmern, bis sich die Rosinen vollgesogen haben und die Zwiebeln gar sind
Über das Fleisch geben, den Bräter mit Alufolie abdecken und bei 200°C 30-45 min braten
Aus dem Ofen nehmen, das Fleisch auf eine Platte geben, die Soße darüber verteilen und auftragen

Harleian MS. 4016; Thomas Austin, Two Fifteenth-Century Cookery-Books; Gode Cookery

Rinderrippen 2

England, 15. Jhd.

Zutaten

1-1½kg Rinderrippen, nach Rippen geteilt
¼ Tasse Mehl
¼ Tasse (60ml) Öl
5 Tassen (gut 1l) Rinderbrühe
je ½ TL Zimt, Nelken, Muskatblüte (Macis)
1 TL Kardamom
1 TL frische grüne Pfefferkörner
1 große Zwiebel, feingehackt
6 Zweige Petersil, gehackt
1 TL Salbei
2 Scheiben Vollkornbrot ohne Kruste, oder Safranbrot (siehe Brotrezepte)
¼ Tasse (60ml) Estragon Essig
1 gute Prise Safran

Zubereitung

Rippen mit dem Mehl bestäuben, im Öl anbräunen, Brühe zugeben, leicht salzen, alle Gewürze und Kräuter außer Safran zugeben
~2 Stunden simmern
Inzwischen Brot und Safran im Essig einweichen, pürrieren, in den Topf geben, abschmecken
Weitere 15 min simmern

Two Fifteenth-century Cookery Books; Maxime de la Falaise: Seven Centuries of English Cooking, Grove Press, London, 1992.

Rinderrouladen 1

Frankreich, 14. Jhd.

Zutaten

6 sehr dünne Scheiben vom Rind, aus der Hesse geschnitten
100g Nierenfett vom Rind
80-100g Rindermark
Salz
Zahnstocher aus Holz

Zubereitung

Das Fett in 6 Stücke schneiden, so dünn wie möglich
Das Mark in feine Rädchen schneiden
Jede Fleischscheibe mit Salz bestreuen und eine Scheibe Fett darauflegen, dann mit den Markrädchen überstreuen
Zu einer Roulade rollen
Mit einem Zahnstocher verschließen
Auf dem Rost 10 min braten, nach 5 min wenden
Mit feinem Salz auftragen

Bemerkung: Im Gegensatz zu den heutigen Rouladen, die in der Pfanne zubereitet werden, haben wir herausgefunden, lohnt es sich dem o.a. Rezept auch in der Zubereitung zu folgen. Durch das Grillen auf dem Rost wird ein Fettbad verhindert und die Rouladen bleiben saftig. Statt mit Zahnstochern oder Rouladennadeln gesteckt, können die Rouladen auch mit festem Leinenzwirn geschnürt werden, dann halten sie besser.

Eine alternative Füllung

Pro Roulade

Zutaten

1 EL scharfer Senf
1 Streifen Speck oder Rauchfleisch
1/2 Essigurke in feinen Streifen

1 hartgekochtes Ei
2 Tassen Rotwein
2 Tassen Brühe
2 feingehackte Zwiebeln
eine Hand voll feingehackte Pilze
1-2 Dolden Holunderbeeren oder 1 EL Preiselbeermarmelade
Rosmarin, Thymian, Salz, Pfeffer
100g Sahne

Zubereitung

Rouladenfleisch innen mit Senf bestreichen, pfeffern und salzen
1 Scheibe Speck darauflegen, darauf mehrere Essiggurkenstreifen
Zuletzt das Ei darauf packen
Das Ganze zu einer Roulade wickeln und verschließen
In einer hohen Pfanne von jeder Seite kurz anbraten, feingehackte Zwiebeln und Pilze dazugeben
Mit Rotwein und Brühe aufgießen
Nun die Holunderdolden oder Preiselbeermarmelade dazugeben
Mit Rosmarin, Thymian, Salz und Pfeffer abschmecken
Zugedeckt ~20-30 Minuten köcheln lassen
Zuletzt die Holunderstiele herausfischen, die Soße mit Sahne verfeinern und abbinden

Menagier de Paris, 1395, aus: Redon, Kochkunst

Rinderrouladen 2

England, 15. Jhd.

Zutaten

1/2 Tasse Petersil, feingehackt
1/2 Tasse Zwiebeln, feingehackt
4 Eidotter, hartgekocht (1)
4 EL Rindermark
je 1/2 TL Ingwer, Zimt (1)
je 1 TL Pfeffer, Salz

4 Rouladen
Butter
1 EL Weinessig
1 EL Verjus oder trockener Cider
je ½ TL Ingwer, Zimt (2)
2 Eidotter, hartgekocht und zerdrückt (2)

Zubereitung

Petersil, Zwiebeln, Eidotter (1), Mark, Ingwer + Zimt (1), Salz und Pfeffer gut mischen, auf jeweils eine Seite der Rouladen verteilen, gut festdrücken
Rouladen rollen und fixieren
In einer geölten Pfanne unter den Grill stellen, immer wieder mit Butter beträufeln; Bratensatz aufheben
Warm stellen
Den Bratensatz in einen kleinen Topf geben, mit der restlichen Butter, Essig und Verjus/Cider vermischen
Gewürze (2) zugeben, mit den Eidottern (2) andicken
Zum Kochen bringen, kurz köcheln lassen
Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken, durchsehen, über die Rouladen geben
Sehr heiß auftragen

Two Fifteenth-century Cookery Books; Maxime de la Falaise, Seven Centuries of English Cooking

Kindertopf Brabanter Art

6 Portionen

Zutaten

1kg Rindfleisch in mundgerechten Stücken
2 mittlere Zwiebeln
Salz, Pfeffer, Macis (Muskatblüte)
Frischer Ingwer, geschält und gehackt
1 Tasse gehackter Petersil
1 Tasse Butter

Zubereitung

Fleisch und Zwiebeln in etwas Wasser kochen, bis das Fleisch
beinahe durch ist
Gewürze und Ingwer zugeben, fertig kochen
Butter und Petersil zugeben, heiß auftragen

Anmerkung:

*Eine Variation davon, die als "auf spanische Weise" bezeichnet
wird, verwendet Lamm oder Kalbfleisch anstelle von
Rindfleisch, lässt den Ingwer aus und verdichtet den Eintopf
mit Eigelb und Zitronensaft, bevor Petersilie und Butter
hinzugefügt werden.*

Lady Celeste de St. Etienne, Shire of Oldenfeld, SCA

Rinderzunge

4 Personen

Zutaten

1 kleine, leicht gepökelte Rinderzunge
4-5 schwarze Pfefferkörner
1 Lorbeerblatt
40g Butter
2 Zwiebeln
2 EL Weißwein
2 EL Balsamessig
Salz, Pfeffer
100g Mehl
¼ l Milch
2 Eier
Butter zum Abbacken

Zubereitung

Die gepökelte Zunge einige Stunden wässern
Dann in 2-2½l Wasser mit den Pfefferkörnern und dem
Lorbeer in gut 2½ Stunden gar kochen, mit kaltem Wasser
abschrecken, häuten und in Scheiben schneiden

Zwiebeln fein hacken, in der Butter glasig dünsten, mit Wein und Essig ablöschen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und ein wenig eindünsten

Aus Mehl, Milch, Eiern und einer Prise Salz wenigstens 4 dünne Pfannkuchen backen, warmstellen

Die Zungenscheiben auf dem Grill kurz anrösten, auf die Pfannkuchen legen, mit der Zwiebelfarce begießen, die Pfannkuchen zusammenfalten und servieren

Aus: Ehlert, Kochbuch

Rindfleischklößchen

Deutschland, 15. Jhd.

4 Portionen

Zutaten

750g Rindfleisch

200g durchwachsener Speck

1 große Zwiebel

3-4 Scheiben Weißbrot

3 Eier

1 TL Pfefferkörner für die Kochbrühe

Pfeffer, Langer Pfeffer (s. Mamonia, bei Gemischtes Fleisch),

Paradieskörner, etwas Ingwerpulver

Gartenkräuter

Salz

$\frac{3}{4}$ l Weißwein und Wasser für die Kochbrühe

Zubereitung

Rindfleisch würfeln und in einer Mischung aus Wasser und Wein mit den Zwiebeln und den Pfefferkörnern gut 2 Stunden köcheln lassen

Fleisch aus der Brühe nehmen, Kochbrühe durchsiehen und für den Pfeffer (siehe Tunken) aufheben

Speck in Stücke schneiden und mit dem gekochten Fleisch zusammen wolfen

Weißbrot in der Brühe einweichen und gut ausdrücken

Fleischmasse mit dem eingeweichten Weißbrot, den Eiern, Gewürzen, und Gartenkräutern gut verkneten
Mit einem Esslöffel kleine Kügelchen formen und wieder in der Brühe oder schon im Pfeffer (siehe Tunken) gar ziehen lassen

Dazu: Pfeffer (siehe Tunken) und Zwiebelmus (siehe Gemüse)

*Kochbuch von Meister Hansen, des von Wirtenberg Koch,
Basel 1460, aus: Lutz, Herrenspeis*

Rindfleischknödel

Deutschland, 16. Jhd.

Zutaten

500g nicht zu mageres Rinderhack
2 TL schwarzer Pfeffer
1 großzügige Prise Pfeffer
1 Handvoll feingehackter Spinat
2 Eier
3 Scheiben Weißbrot, in Rinderbrühe eingeweicht
1 großzügige Handvoll Rosinen
Öl

Zubereitung

Gewürze, Spinat, zerbröseltes Brot, Rosinen und Fleisch mischen
Mit den Eiern binden
Kleine Knödel formen, im Öl bei mittlerer Temperatur ausbacken

Dazu: Birnensenf, Schwallenbergs Soße II (siehe jeweils Tunken)

Rumpolt, Ein New Kochbuch (Vom Ochsen 67); Lady Jehanne de Huguenin (SCA)

Rindstopf 1

Frankreich, 6. Jhd.

Zutaten

875g Rindfleisch
1 Wasser
3 Stangen Lauch
1 TL Fenchelsamen
4 TL Essig
2 TL Honig
1/2 TL Pfefferkörner
1 TL ganzer Lavendel
1/2 TL ganze Nelken
2 EL Wein

Zubereitung

Fleisch in 2 1/2cm große Stücke schneiden
Wasser und Fleisch zum Kochen bringen, Hitze
herunterdrehen und bei geschlossenem Topf 45 min kochen
lassen
Lauch waschen und schneiden, Fenchelsamen zerstoßen
Essig, Honig, Lauch und Fenchelsamen in den Topf geben
Bei offenem Topf und mittlerer Hitze 1 Stunde kochen
Pfeffer, Nelken und Lavendel zusammen zerstoßen, Wein
zufügen und noch etwas zerstoßen
Dies in den Topf geben, weitere 10 min kochen lassen und
auftragen

Anthimus, De observatione ciborum, Reims ~515

Rindstopf 2

Frankreich, 6. Jhd.

Zutaten

1½-2kg Rindfleisch, in mundgerechte Stücke geschnitten
Wasser
½ Tasse (125ml) Rotweinessig
¼ Tasse Katzenminzblätter, gewaschen und zerpfückt
2 Lauchstangen, in Scheiben
3 Stangen Sellerie, in Scheiben
1 Fenchelknolle, in Scheiben
~¼ Tasse Honig
50 Pfefferkörner
2½ g Nardenwurzel, getrocknet, oder Lavendel
2½ g Blatt der Frauenminze
1½ g Nelken
¼ Tasse (~60ml) Rotwein

Zubereitung

Fleisch in einen großen Topf geben und mit Wasser bedecken, gar kochen, abgießen
In einen Römertopf geben, Essig darüber gießen, Katzenminze, Lauch, Sellerie und Fenchel darauf geben
Topf verschließen, in den kalten Ofen geben, Ofen auf 200°C aufheizen
Nach 1 Stunde Honig zugeben, Topf etwas schütteln, um die Zutaten zu vermischen; Temperatur auf 150°C vermindern, weitere 30 min kochen
Nardenwurzel, Frauenminze, Nelken und Pfefferkörner gemeinsam mörsern
Rotwein zu der Gewürzmischung geben, in den Römertopf geben, diesen aus dem Ofen nehmen, schütteln und einige Minuten setzen lassen

Quelle w.o.; *Lady Clotild of Soissons (SCA)*; *Stefan's Florilegium*

Rindstopf 3

6 Portionen

Zutaten

2 EL Öl oder Butter
1kg Rindfleisch (Gulasch), gewürfelt
3 Tassen (700ml) Rinderbrühe
1 große Zwiebel, gehackt
1 EL frischer gehackter Petersil
1 TL Safran
1 TL Nelken
1 TL Zibeben (oder Pfeffer)
1 TL Salz
1/2 Tasse Brotkrumen
1 Tasse gewürfelte weiße Rüben
1/2 Tasse gewürfelte Karotten

Zubereitung

Fleisch in Butter oder Öl gut anbräunen
Brühe dazu gießen, die übrigen Zutaten außer Safran und
Brotkrumen zugeben
Topf schließen, 45-60 min köcheln
Wenn das Fleisch zart ist, die restlichen Zutaten einrühren

Katja Orlova, SCA

Rindstopf 4

Italien, 16. Jhd.

Zutaten

1 1/2kg Rindfleisch, gewürfelt
2 mittlere Zwiebeln
Öl
1/2 Tasse Rosinen

je 1 TL Nelken, Zimt, Muskat, Macis (Muskatblüte), Pfeffer
1 EL Weißweinessig
Salz

Zubereitung

Fleisch in etwas Öl anbräunen
Zwiebeln glasig dünsten, zum Fleisch geben
Rosinen und Gewürze sowie etwas Wasser (~1/2 Tasse = 100ml)
zum Fleisch geben
Aufkochen, 1 1/2-2 Stunden köcheln, dabei hin und wieder
umrühren und falls nötig etwas Wasser zugeben
Zum Schluss mit Essig und Salz abschmecken, noch einige
Minuten köcheln, auftragen

Robin Carroll-Mann, Cathy Harned, rec.food.cooking

Rollbraten

Zutaten

Fleisch

2-2 1/2kg Rollbraten, fertig vorbereitet
Butter
1/2 Tasse Mehl
1 TL Zimt
1 TL Salz
1 TL getrocknetes Basilikum, zerdrückt
1/2 TL getrockneter Rosmarin, zerdrückt
1/4 TL Thymian
1 Tasse Datteln, entkernt und halbiert
1 Tasse getrocknete Feigen, entstielt und in Streifen
geschnitten
1/2 Tasse getrocknete Apfelringe, halbiert
2 EL Brauner Zucker oder Honig
1 1/2 Tassen (350ml) Rinderbrühe

Teig

1 Tasse Mehl

1 Ei
¾ Tasse (175ml) Milch
½ knapper TL Backpulver
¼ Tasse frischer Petersil, zerdrückt
Ofen auf 180°C vorheizen

Zubereitung

In einem schweren, dicht schließenden Topf (Kasserolle)
Butter zerlassen
Braten mit der Mischung aus Mehl, Zimt und Salz bestreuen, in
der Butter von allen Seiten anbräunen
Basilikum, Rosmarin und Thymian vermischen
Obst mit der Kräutermischung vermischen, um das Fleisch
verteilen
Zucker/Honig über das Obst verteilen
Vorsichtig die Brühe eingießen, Topf gut verschließen
Bei 180°C 3 Stunden braten
Aus dem Ofen nehmen, ½ Stunde abkühlen lassen

Ofenhitze auf 230°C erhöhen

Aus den Teigzutaten außer dem Petersil einen dicken Teig
bereiten; falls nötig, mehr Mehl zugeben
Petersil in den Teig einkneten
Teig über den Braten gießen, dabei einige Tropfen in die Brühe
fallen lassen
Fleisch wieder in den Ofen geben, 5-10 min bräunen lassen
Fleisch herausnehmen, im Mantel aufschneiden
Mit den 'Chips' (den Teigresten in der Soße), dem Obst und der
Soße auftragen

Madeleine Pelner, Fabulous Feasts

Sagu

Jüdisch-Sephardisch, Mittlerer Osten

Zutaten

2 mittelgroße Auberginen (je ~750g), geschält, in Scheiben

2 EL Koscheres Salz (sehr grobkörniges Salz – heißt so da man damit aus Fleisch auch Blut ziehen kann um „koscheres Essen“ zuzubereiten – wird sehr oft in USA oder engl. Sprachigen Rezepten angegeben)

Olivenöl

1 mittelgroße gelbe Zwiebel, gehackt

3 EL Olivenöl

1 Knoblauchzehe, feingehackt

½kg Rinderhack (oder Lammhack)

2 große Eier, leicht verschlagen

½ Tasse gehackter Petersil

~1 TL Salz

Schwarzer Pfeffer

Zubereitung

Auberginenscheiben mit dem koscheren Salz bestreuen, 1 Stunde stehen lassen

Abspülen und zwischen Küchenpapier auspressen

Ofen auf 180°C vorheizen; einen Bräter einfetten

In einem großen Topf etwas Öl erhitzen, Auberginenscheiben darin portionsweise von beiden Seiten anbräunen (2-3 min pro Seite); herausnehmen und beiseite stellen

3 EL Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin glasig dünsten

Fleisch zugeben und unter ständigem Rühren 5-10 min dünsten, überschüssiges Fett abgiessen

Vom Feuer nehmen; Eier, Petersil, Salz und Pfeffer einrühren
Auberginenscheiben und Fleisch in den Bräter schichten; die oberste und die unterste Schicht Auberginen

45 min backen, bis die Auberginen goldbraun sind und das Gericht durchgehend heiß ist

10 min stehen lassen, aufschneiden und auftragen

Sephardim.com

Sarazentopf

England, 14. Jhd.

Zutaten

1/2 Tasse gemahlene Mandeln
1 Tasse (225ml) Wasser
1kg Rindergulasch
1/2 Tasse Brotkrumen
1/4 Tasse (225ml) Öl
1 EL Zucker
1/2 TL Nelken
1 Tasse (225ml) Rotwein
1 TL Zibeben (oder Pfeffer)
1 TL Macis (Muskatblüte)
1 TL Salz

Zubereitung

Aus den Mandeln und dem Wasser ein dicke Mandelmilch (siehe Grundrezepte) bereiten
Fleischstücke in den Brotkrumen wälzen, im Öl bräunen, herausnehmen und abtropfen
In einen Topf geben
Zucker und die Hälfte des Nelkenpulvers im Wein auflösen, dies dann über das Fleisch gießen
Topf schließen, ~40 min köcheln
Falls mehr als ein Löffelvoll von der Soße übrigbleibt, bei offenem Topf ausdampfen lassen
Kurz vor dem Auftragen die Mandelmilch und die restlichen Gewürze einrühren, auf mittlerer Flamme gut durchheizen

Siehe auch: Fleisch mit Sarazensensoße (siehe Gemischtes Fleisch)

Hieatt, Pleyne Delit; Lady Katja Davidova Orlova Khazarina, The Cauldron Bleu Cooks Guild, SCA

Sauerbraten

Zutaten

500-600g Schmorfleisch vom Rind
250ml Rotwein
250ml Rotweinessig
1/2 l Wasser
1 mittelgroße Zwiebel in dünnen Scheiben
Schwarze Pfefferkörner und Wacholderbeeren, zerstoßen
2 kleine Lorbeerblätter
(1 Bund Suppengemüse)
(1-2 Nelken)
(Thymian, Muskat)
(1/8l saure Sahne)
(50g Rosinen)
(Speck zum Spicken)
1 Zwiebel
Schmalz zum Braten

Zubereitung

Alle Zutaten außer dem Fleisch, der zweiten Zwiebel und dem Schmalz zum Kochen bringen, vom Feuer nehmen und auf Zimmertemperatur abkühlen lassen
Fleisch in einen Topf geben, mit der Marinade begießen
Bedecken und an einem kühlen Orte 2-3 Tage marinieren lassen, mindestens 2× am Tag wenden
Das Fleisch aus der Marinade nehmen, diese durchsiehen und beiseite stellen
Das Fleisch in ausgelassenem Schmalz bräunen, herausnehmen
Zwiebel in Scheiben schneiden, im Schmalz glasig werden lassen
Fleisch, Zwiebel und Marinade in einem Topf zum Kochen bringen
2 Stunden zugedeckt bei geringer Hitze simmern lassen

Anmerkung: Der original Rheinische Sauerbraten wird mit Pferdefleisch gemacht, das allerdings gespickt werden und länger marinieren muss (~1 Woche). Die Zutaten in

Klammern sind für Pferdefleisch gedacht, können aber auch beim Rindfleisch verwendet werden. Sehr schmackhaft! Auf dieselbe Weise kann man auch ein Ochsenherz zubereiten. Woher und von wann das Rezept stammt ist nicht überliefert.

Süß-saure Rinderleber

Deutschland, 14. Jhd.

4 Personen

Zutaten

600g Rinder- oder Kalbsleber
evtl. 20-30g Butter
30g geröstete Weißbrotrinde (oder Zwiebackmehl)
1/2 TL schwarzer Pfeffer
1/2 TL Ingwerpulver oder feingehackter frischer Ingwer
1/2 TL gemahlener Anis
Salz
6 EL Rotweinessig
3 EL Honig

Zubereitung

Wenn man die Leber am Stück kauft, dieses in größere Stücke zerteilen, grillen oder mit wenig Fett in der Pfanne braten
In feinere Scheiben zerteilen, zwei davon beiseitelegen, die restlichen auf dem Grill oder in der Pfanne zu Ende garen
Inzwischen die beiseitegelegten Scheiben zerdrücken oder im Cutter pürrieren, die geröstete Brotrinde (oder den Zwieback) mit dem Nudelholz zerbröseln
Lebermus mit Semmelbröseln, Essig, Honig, Pfeffer, Ingwer, Anis und Salz vermischen und in einer Kasserolle erhitzen
Auf eine möglichst vorgewärmte Platte legen, die gegrillte Leber pfeffern und salzen und darauf anrichten

Wenn man die Leber in Scheiben kauft, säubert man sie vor dem Grillen oder Braten, nimmt ein Stück etwas früher vom Grill bzw, aus der Pfanne und verfährt damit wie oben.

*Das buoch von guoter spise (29), 1345/52, aus: Ehlert,
Kochbuch*

Türkisches Rindfleisch

England

Zutaten

1kg Rindfleisch
1 große Zwiebel
2-3 EL Butter
1-2 TL Zucker
frischgemahlener schwarzer Pfeffer
Salz
1/2 Tasse Langkornreis
80ml Rotwein
80ml Rinderbrühe

Zubereitung

Fleisch in sehr dünne Scheiben schneiden, Fett entfernen
Zwiebeln schälen und schneiden
Zwiebeln in der Butter anbräunen
Etwas Zucker zugeben und karamellisieren lassen, vom Feuer nehmen
Fleisch zugeben, salzen, pfeffern, unter Rühren anbraten, bis das Fleisch die Farbe ändert
Reis zugeben, umrühren, bis der Reis gut eingefettet ist
Wein und Brühe zum Kochen bringen, darüber geben
~20 min köcheln lassen, bis der Reis fertig ist

*Robert May, The Accomplisht Cook; Her Excellency
Baronessa Ilaria Francesca Aldobrandini (Shire of Castlemere
Cooks, SCA)*

Vinaigrette vom Rind

Frankreich, 15. Jhd.

Zutaten

1kg Rinderbraten
Salz, Pfeffer
4 Tassen geschnittene Zwiebeln
2 EL Schmalz
1½ Tassen (350ml) Rotwein
1 Tasse (225ml) Rinderbrühe
2 Scheiben geröstetes Brot
½ TL Ingwer
½ TL Paradieskörner, gemahlen
¼ TL Pfeffer
¾ TL Zimt
Salz

Zubereitung

Fleisch auf beiden Seiten salzen und pfeffern, auf dem vorgeheizten Grill auf jeder Seite 10-15 min grillen, würfeln
Brotsscheiben inzwischen in Wein und Brühe einweichen, bis sie zerfallen
Durch ein Sieb in einen Topf streichen, Ingwer, Paradieskörner, Pfeffer und Zimt zugeben
Zum Kochen bringen und simmern lassen
Inzwischen das Schmalz auslassen, Zwiebeln darin leicht anbräunen, Fleisch zugeben
Unter ständigem Rühren das Fleisch fertig braten, Weinmischung darüber gießen
Noch einige Minuten unter Rühren köcheln lassen, bis die Soße andickt; mit Salz abschmecken

Chiquart, On Cookery, Savoyen, 15. Jhd.; Allegra Beati, The Stewpot Period Culinary Guild (SCA)

Würzfleisch

Zutaten

250g gekochtes Rindfleisch
¼ TL Ingwer
1 Prise Kardamom
1 Prise Fenchel
¼ Tasse (60ml) Rinderbrühe
2 EL Olivenöl

Zubereitung

Fleisch in dünne Quadrate (2½ cm Kantenlänge) schneiden
Gewürze zusammen mörsern
Jedes Quadrat mit Brühe befeuchten und würzen
Kurz in sehr heißem Öl braten

