

# **Böfflamott (Alte bayerische/Allgäuer Küche)**

## **Zutaten (Angaben für 4 Portionen)**

### **Für die Beize:**

1	Zwiebel
1/4	Knollensellerie
1	Möhre
1 TL	Zucker
21	Lorbeerblätter
1 TL	schwarze Pfefferkörner
1 TL	Wacholderbeeren (nach Belieben)
5 Körner	Piment (nach Belieben)
1 Prise	Kräutersalz oder normales Salz (je nach Belieben)
2	Gewürznelken
250 ml	Essig (Weinessig rot oder weiß je nach belieben)
750 ml	Wasser
1 kg	Rindfleisch (flache Schulter, Tafelspitz, Bürgermeisterstück)
3 EL	Butter
4 EL	Mehl
1 TL	Zucker
250 ml	Kochsud

### **Zubereitung**

#### **Vorbereitung**

Die Zwiebel, den Knollensellerie und die Möhre schälen, in kleine Stücke schneiden, und in einen Topf geben. Jetzt die weiteren Zutaten für die Beize hinzugeben, mit Essig und Wasser auffüllen und aufkochen. Die Beize vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

Das Rindfleisch in eine Schüssel, oder Tontopf legen und die abgekühlte Beize darübergießen. Nun kommt das Ganze für 4-5 Tage in den Kühlschrank, dabei das Fleisch ab und zu in der Beize wenden.

#### **Zubereitung**

Nach 4-5 Tagen Ziehzeit das Rindfleisch mit der Beize in einen Topf geben, aufkochen und bei niedriger Temperatur ca. 1 1/2 bis 2 Stunden köcheln lassen.

Wenn das Fleisch schön weich ist, aus dem Topf nehmen und warm halten.

Jetzt den Bratensud durch ein Sieb gießen und auffangen. In einem Topf die Butter erhitzen, das Mehl und den Zucker hinzugeben und eine dunkle Mehlschwitze herstellen. Unter ständigem Rühren den aufgefangenen Bratensud hinzufügen, und zu einer sämigen Sauce kochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, das Fleisch in Scheiben schneiden und für kurze Zeit in der Sauce ziehen lassen.

Dazu passen Kartoffelknödel und ein frischer grüner Salat, aber auch Semmelknödel, Kartoffeln und Gemüse schmecken hervorragend zum Böfflamott.

**Guten Appetit!**