



1 Die Rinderschulter zu einer Fläche von 16 x 26 cm aufschneiden und plattieren, so dass das Fleisch überall gleich dick ist (etwa 1,5 cm), dann salzen, pfeffern und mit den Salbeiblättern belegen. Lardo und Sardellenfilets darauf verteilen, die Rinderschulter aufrollen und mit Küchengarn wie einen Rollbraten in Form binden.

2 Den Braten von außen salzen und pfeffern. Möhren, Sellerie und Zwiebeln schälen und das Röstgemüse in etwa 2 cm große Stücke schneiden. Die Tomaten waschen, von den

Stielansätzen befreien und in Stücke schneiden. Das Öl in einem Bräter erhitzen und das Fleisch darin ringsum anbraten, anschließend herausnehmen.

3 Den Backofen auf 160 °C vorheizen. Das Röstgemüse in den Bräter geben und im verbliebenen Öl leicht bräunen. Die Tomaten zufügen und kurz mitgaren. Lorbeerblätter einlegen, alles mit Rotwein ablöschen, mit der Milch auffüllen und das Fleisch einlegen. Die Rinderschulter im vorgeheizten Ofen etwa 2,5 Stunden schmoren, dabei immer wieder mit Bratfond übergießen.

4 Inzwischen für die Polenta Schalotten und Knoblauch schälen und beides in feine Würfel schneiden. In einem Topf das Öl erhitzen, Zwiebeln, Knoblauch und Rosmarin darin hell anschwitzen und den Maisgrieß kurz mit angehen lassen. Milch und 1/4 l Wasser angießen und aufkochen. Die Hitze reduzieren, alles unter Rühren 20 Minuten köcheln lassen, dann den Parmesan unterrühren und die Polenta warmhalten.

5 Die Rinderschulter aus dem Ofen nehmen, in Alufolie wickeln und kurz ruhen lassen. Ein Viertel des Röst-

gemüses aus dem Bräter nehmen und im ausgeschalteten Backofen warm halten. Den Bratfond durch ein feines Sieb passieren und nach Belieben mit kalt angerührter Speisestärke leicht binden. Zuletzt die abgetropften Kapern unter die Sauce mischen.

6 Den Braten vom Küchengarn befreien und quer in Scheiben schneiden. Die Rinderschulter mit Polenta, Sauce und dem Gemüse aus dem Ofen auf vorgewärmten Tellern anrichten. Alles mit Rosmarin und Salbei garnieren und sofort servieren.

Rinderschulter in Milch geschmort

Zutaten

für 4 Portionen

Rinderschulter:

1 kg Rinderschulter (Mittelstück)
Salz, Pfeffer
12 Salbeiblätter
50 g Lardo, in dünnen Scheiben
6 Sardellenfilets
200 g Möhren
200 g Knollensellerie
200 g Zwiebeln
400 g Tomaten
3 EL Olivenöl
2 Lorbeerblätter
300 ml Rotwein
1/2 l Milch

Rosmarin-Polenta:

20 g Schalotten
1 kleine Knoblauchzehe
1 EL Olivenöl
1 TL fein geschnittene Rosmarinnadeln
75 g Maisgrieß (mittlere Körnung)
1/4 l Milch
20 g frisch geriebener Parmesan

Außerdem:

Küchengarn
40 g Kapern, gut abgetropft
Rosmarin, Salbeiblätter

