

Bœuf **Stroganoff**

**Würzige Verführung aus Russlands Küche.
Um das Gericht mit adligen Wurzeln
ranken sich viele Geschichten und Anekdoten.**

Zutaten

1 Zwiebel
600g Filetspitzen
(Rind, Kalb, Poulet)
2 EL Bratbutter
1 TL Puderzucker
1 TL Tomatenmark
80g Champignons,
fein gehobelt
1 dl Weisswein
3 dl Bouillon
1 TL Maizena
1 Lorbeerblatt
wenig Zitronenschale
1 Knoblauchscheibe
1 Ingwerscheibe
1-2 TL scharfer Senf
1 dl Rahm
40g Butter, eisgekühlt
2 EL Kräuter, gehackt
Salz, Pfeffer

Zubereitung

Etwa 30 Minuten

1 Zwiebel fein hacken. Die Filetspitzen in dickere Scheiben oder Würfel schneiden. Das Fleisch portionsweise in der heissen Bratbutter scharf anbraten, bis es rundherum schön Farbe angenommen hat, und bei 80°C im Backofen warm halten. Im Bratenrückstand den Puderzucker caramolisieren, Tomatenmark, Zwiebel und Champignons dazugeben und kurz anrösten. Mit dem Wein ablöschen, sirupartig einkochen, mit Bouillon aufgiessen.

2 Maizena in wenig Wasser auflösen und die Sauce damit binden. Lorbeerblatt, Zitronenschale, Knoblauchscheibe und Ingwer in die Sauce geben und alles 10 Minuten sanft köcheln lassen. Danach die Gewürze wieder entfernen. Senf und Rahm beifügen. Filetspitzen, Butter und Kräuter zugeben, abschmecken.

Geschichte

Namensgeber des Traditionsgerichts war die russische Adelsdynastie Stroganow, die zu den reichsten und bedeutendsten Familien Russlands gehörte und für ihre Verdienste zur kommerziellen Erschliessung Sibiriens mit einem eigenen Speisennamen geehrt wurde.

Zur allgemeinen Bekanntheit trug der Fernsehkoch Clemens Wilmenrod bei, der das Gericht einem Millionenpublikum vorkochte. Zu literarischen Ehren kam das Rindfleischgericht wenige Jahre später, als der Schriftsteller Johannes Mario Simmel das Rezept 1960 in seinen Roman «Es muss nicht immer Kaviar sein» aufnahm.

