

Jus (Klarer Bratensauce)

Zutaten für 10 Personen

1,0 Kg Schweineknochen, walnussgross gehackt

20 g Speckreste,

20 ml Rapsöl

0,2 Kg Wurzelgemüse (Zwiebel, Karotte, Sellerie, Petersilienwurzel), in Würfel

10 g Lauch

30 g Tomatenmark

1 St. Tomaten, in Stücke

0,2 l Rotwein, mild

1,5 l Wasser,

Kräuter / Gewürze:

Lorbeerblätter, Pfefferkörner, Piment,

Nelken, Wachholderbeeren,

Rosmarin und Thymian Zweige,

Salz

Zubereitung

1. Die Schweineknochen mit den Speckresten in Rapsöl anrösten, das Wurzelgemüse dazu geben, gut mit anrösten, dann erst den Lauch dazugeben.



Küchentipp:

Die Schweineknochen gut anbraten, da die Jus eine dunkle Farbe haben sollte. Den Lauch nur zum Geschmack dazugeben, nicht mit anrösten, er kann leicht verbrennen.

2. Das Tomatenmark und die Tomaten dazu geben, mit anrösten und einige Male mit dem Rotwein ablöschen, glacieren, dann etwas abkühlen lassen.



Küchentipp:

Tomatenmark und Tomaten gut mit anrösten sonst schmeckt die Jus zu stark nach Tomaten. Das mehrmalige glacieren mit Rotwein, bringt einen Glanz in die Jus

3. Mit Wasser auffüllen, langsam aufkochen, abschäumen und ca. 2 Stunde köcheln lassen.

4. Dann die Gewürze, Kräuter und das Salz zugeben und noch eine 1 Stunde weiter köcheln lassen.



Küchentipp:

Die Gewürze zerdrücken, die Kräuter als Zweige. (der Geschmack entfaltet sich besser.)

5. Die fertige Jus durch ein Sieb passieren, bei Bedarf noch entfetten.



Küchentipp:

Eventuell mit Saucenbinder eine nicht sichtbare leichte Bindung geben. Ergibt ca. 1 Liter Jus.



Küchentipp:

Die Knochen vom jeweiligen Braten (Kalb, Schwein, Lamm, Wild) verwenden.

Zum Schluß den Bratensatz vom jeweiligen Braten zur Verfeinerung unterheben

Jus ist die Basis zum Weiterverarbeiten.



Variationen

Jus zur Sauce bei Steaks, Filets, Schnitzel, Braten, Koteletts.

Zum Garen für die Kartoffeln «Bäckerin Art „nehmen.

Die Jus einkochen für «Clace de Viande» zur Weiter Verwendung bei Sauce Hollandaise:

(Sauce Bearnaise, Sauce Foyot, Cedardsauce)

Allergenkennzeichnung:

Sellerie (I)

Bei Einsatz vom Saucenbinder die zusätzlichen Zutaten beachten.

Diät-Eignung

Vollkost

Leichte Vollkost (Magere Knochen ohne Speck, ohne Farbe, ohne Fett angehen, kein anrösten und glacieren, ohne Zwiebeln, ohne Lauch, ohne Rotwein, ohne Pfeffer, ohne Piment.)

Reduktionskost (ohne Speck und Alkohol und Entfetten, ohne abbinden.)

Fettstoffwechselstörung (ohne Speck und Alkohol und Entfetten)

Diabetes mellitus (ohne Alkohol und Entfetten)