


# Tösstaler Ragout

Tösstaler Ragout vom Schwarzen Alpenschwein mit Petersilie-Sauerrahm-Kartoffelstock

 4 Personen

Rezept von Anna Pearson

Garzeit ca. 2h  
Zubereitungszeit ca. 1h 

Dieses von einem traditionellen Braten-Rezept aus dem Tösstal inspirierte Ragout enthält wenige Zutaten und ist sehr einfach zuzubereiten. Wie alle Eintöpfe wird es beim Aufwärmen am nächsten Tag noch einmal besser. Der Kartoffelstock (Kartoffelpüree), der durch den Sauer-rahm und gehackten Peterli eine säuerlich-frische Note bekommt, ergänzt das würzige, vom sauren Most (Apfelwein) leicht süssliche Ragout perfekt.

Anstelle von bereits geschnittenem Ragout können ganze Bratenstücke (Hals, Schulter) selbst in etwa 3-4 cm grosse Stücke geschnitten werden.

## Zutaten

- 650g Ragout vom Schwarzen Alpenschwein
- 1 EL Senf (körnig oder fein)
- 1 TL Zucker oder Honig
- 1 TL Mehl
- 250g Zwiebeln
- 250g Karotten
- Schmalz
- 2.5 dl Saurer Most (Apfelwein)
- 2 dl gute Fleisch- oder Hühnerbouillon
- 3 Majoran-Zweige
- 2 Lorbeerblätter
- Salz, Pfeffer

## Kartoffelstock (-püree)

- 1 kg mehligkochende Kartoffeln
- 2 dl Milch
- 30g Butter
- 2-3 EL Crème fraîche (Sauerrahm)
- 1/2 Bund Petersilie
- Salz, Pfeffer



## Serviervorschlag

Den Kartoffelstock (-püree) auf Teller verteilen, eine Vertiefung hineindrücken und eine Kelle Ragout mit Sauce darüber geben.

## Zubereitung

Wenn nötig das Fleisch auftauen: 12 Stunden im Kühlschrank oder 2 Stunden in einem mit kaltem Wasser gefüllten Gefäss.

Das Fleisch mindestens 1 Stunde vor der Zubereitung salzen.

Für das **Ragout** die Zwiebeln schälen, halbieren und in ca. 1 cm grosse Stücke schneiden. Die Karotten schälen und in 2-3 cm grosse Stücke schneiden. In einem Topf etwas Schmalz erhitzen und das Gemüse bei mittlerer Hitze einige Minuten dünsten, es darf leicht Farbe annehmen.

Eine Bratpfanne stark erhitzen und etwas Schmalz darin schmelzen. Die Hälfte des Fleisches in die Pfanne geben und während ca. 2 Minuten bei hoher Hitze anbraten, ohne es zu bewegen, damit es gut bräunen kann. Das Fleisch einmal wenden und nochmals etwas bräunen, dann in den Topf zu den Zwiebeln geben. Den Rest des Fleisches ebenso anbraten. Den Senf mit dem Zucker/Honig und dem Mehl verrühren. Wenn das Fleisch schön gebräunt ist, die Senf-Mischung zugeben und alles mischen. Kurz weiterbraten und dann das Fleisch ebenfalls in den Topf geben. Etwas vom Most (Apfelwein) in die Bratpfanne geben, um den Bratensatz zu lösen und diesen zusammen mit dem restlichen Most (Apfelwein) und der Bouillon in den Topf geben. Majoran und Lorbeer zugeben und alles salzen. Den Topf-Inhalt bei mittlerer Hitze langsam erhitzen. Kurz bevor die Flüssigkeit zu kochen beginnt, die Hitze auf die niedrigste Stufe herunterschalten. Das Ragout zugedeckt während ca. 2 Stunden schmoren, es soll dabei nie kochen. (Anstatt auf dem Herd kann das Ragout auch im 150°C heissen Ofen geschmort werden. Dabei kontrollieren, dass es nicht zu kochen beginnt – wenn nötig, die Temperatur reduzieren.) Mit einer Fleischgabel prüfen, ob das Fleisch weich ist: die Gabel muss sich ohne Widerstand ins Fleisch stechen lassen und von alleine wieder von der Gabel rutschen. Je nach Konsistenz der Sauce diese noch etwas einreduzieren. Dafür das Fleisch und Gemüse mit einer Schaumkelle aus dem Topf heben und die zurückbleibende Flüssigkeit bei starker Hitze einkochen, bis sie schön sämig ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, das Fleisch und Gemüse zurück in den Topf geben und bei niedrigster Stufe bis zum Servieren warmhalten.

Für den Kartoffelstock (-püree) die Kartoffeln schälen und in grosse Stücke schneiden. In einer Pfanne Wasser aufkochen und grosszügig salzen. Die Kartoffeln in ca. 20 Minuten weichkochen. Abgiessen. Die Pfanne zurück auf den Herd stellen und die Milch darin erhitzen. Die Kartoffeln durch ein Passiergerät direkt in die heisse Milch treiben. Mit einer Holz- kelle gründlich verrühren, Butter und Crème fraîche (Sauerrahm) zugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Petersilie fein hacken und unter den Kartoffelstock (-püree) mischen.

