# Deftig: Metzgernudeln wie in Südtirol

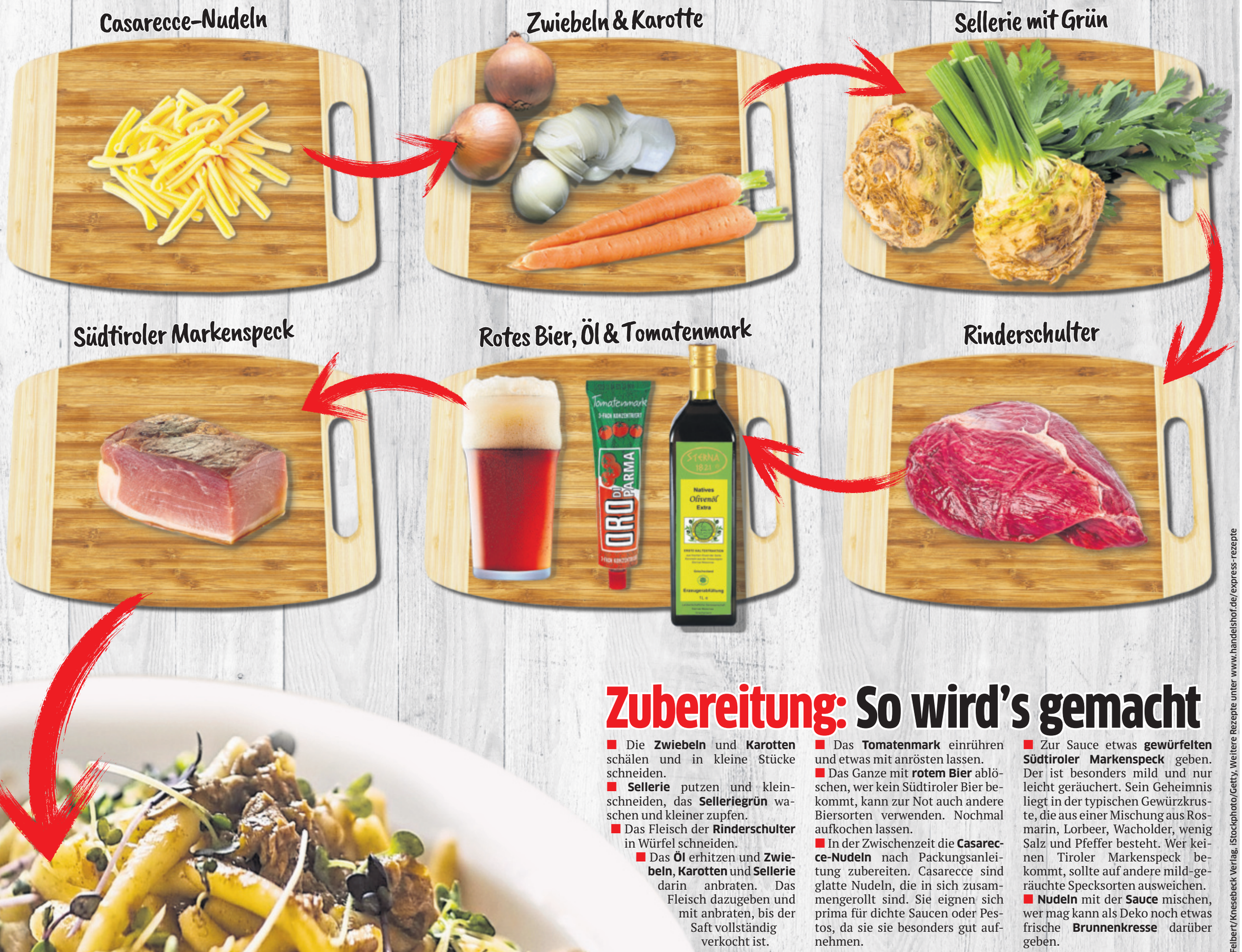
Präsentiert von:
Handelshof
Der Frische-Profi
Genuss
Rezept der Woche

Südtirol ist ein Sehnsuchtsort für viele Deutsche. Wandern, Natur genießen und deftige Köstlichkeiten der Region schlemmen. Für ihr neues Kochbuch „Südtirol – Eine kulinarische Reise“ (Knesenbeck, 38 Euro) haben Karin Lochner und Peter von Felbert echte Südtiroler aus der Landwirtschaft, dem Weinanbau und der Gastronomie besucht, die von ihren Betrieben und den kulinarischen Traditionen zwischen gestern und heute erzählen. Und köstliche Rezepte verraten. Dieses hier stammt vom Alten Schlachthof in Brixen.




**Zutaten** **Portionen: 4**

| | |
|---|---|
| 2 | Zwiebeln und 1 Karotte |
| 1 Stange | Sellerie und etwas Selleriegrün |
| 1 | Packung Casarecce-Nudeln |
| 1 Kilo | Rinderschulter |
| Etwas | Öl und etwas Tomatenmark |
| 0,3 Liter | rotes Bier (z. B. Ambris) |
| 100 g | gewürfelter Südtiroler Markenspeck (oder anderen Speck) |






## Zubereitung: So wird’s gemacht

- Die **Zwiebeln** und **Karotten** schälen und in kleine Stücke schneiden.
- **Sellerie** putzen und kleinschneiden, das **Selleriegrün** waschen und kleiner zupfen.
- Das Fleisch der **Rinderschulter** in Würfel schneiden.
- Das **Öl** erhitzen und **Zwiebeln**, **Karotten** und **Sellerie** darin anbraten. Das Fleisch dazugeben und mit anbraten, bis der Saft vollständig verkocht ist.
- Das **Tomatenmark** einrühren und etwas mit anrösten lassen.
- Das Ganze mit **rotem Bier** ablöschen, wer kein Südtiroler Bier bekommt, kann zur Not auch andere Biersorten verwenden. Nochmal aufkochen lassen.
- In der Zwischenzeit die **Casarecce-Nudeln** nach Packungsanleitung zubereiten. Casarecce sind glatte Nudeln, die in sich zusammengerollt sind. Sie eignen sich prima für dichte Saucen oder Pestos, da sie sie besonders gut aufnehmen.
- Zur Sauce etwas **gewürfelten Südtiroler Markenspeck** geben. Der ist besonders mild und nur leicht geräuchert. Sein Geheimnis liegt in der typischen Gewürzkruste, die aus einer Mischung aus Rosmarin, Lorbeer, Wacholder, wenig Salz und Pfeffer besteht. Wer keinen Tiroler Markenspeck bekommt, sollte auf andere mild-geräuchte Specksorten ausweichen.
- **Nudeln** mit der **Sauce** mischen, wer mag kann als Deko noch etwas frische **Brunnenkresse** darüber geben.

Fotos: Peter von Felbert/Knesebeck Verlag, iStockphoto/Getty, Weitere Rezepte unter www.handelshof.de/express-rezepte

Das Küchen-Lexikon

## Diese Fleischstück schultert was

Diese Partie wird beansprucht, das heißt aber nicht, dass sie zäh ist. Die **Fleisch der Schulter** (auch Bug genannt) ist stark mit Bindegewebe durchwachsen und mit Sehnen durchzogen. Es wird daher vorwiegend zum Kochen und Schmoren verwendet, denn bei einer Temperatur von 85 bis 90 Grad verwandelt sich das Bindegewebe in Gelatine, ist dann wunderbar weich. Die dauerhafte Beanspruchung bietet aber auch Vorteile: Das Fleisch wird stark durchblutet, ist somit sehr aromatisch. Rinderschulter wird gewöhnlich in drei Stücke zerlegt: den **Dicken Bug**, das **Schaufelstück** und das **Falsche Filet**. Die heutigen wichtigsten Cuts aus der Rinderschulter sind neben Falschem Filet (auch **Chuck Tender**, vorderer Teil der Schulter), Schaufelstück oder **Mittelbug** (mittlerer Teil der Schulter), Dicker Bug oder **Bugstück** (hinterer Teil der Schulter), **Rinderhesse vorne** (der Unterschenkel), **Teres Major** (auch Petit Tender oder Metzgerstück genannt, Cut aus dem Dicken Bug, das zart ist wie Filet, kräftiger im Geschmack) und das **Flat Iron Steak** (Cut aus dem Schaufelstück). Letztere lassen sich perfekt grillen oder kurzbraten.

