

Strauss Potjiekos

Eintopf der über offenem Feuer in einem dreibeinigen, eisernen Topf gegart wird.

Hauptspeise

Zutaten für 4 - 6 Personen:

30 ml Öl	1,5 kg Strauss (Nacken)
4 Lauch in Scheiben	2 Knoblauchzehen gepresst
1 Zweig Rosmarin	250 g braune Pilze
Grüne Pfefferkörner gemahlen	75 ml Brandy
50 ml trockener Sherry	375 ml trockener Rotwein
30 ml Zitronensaft	15 sauer eingelegte Zwiebeln
10 Babykarotten	8 Babykartoffeln
300 g Cremespinat	15 ml Mehl
ein wenig Milch	Prise Muskatnuss
Salz	

Zubereitung:

In einen Potjiekos (Ersatzweise kann man einen grossen Kochtopf verwenden) Öl erhitzen und das Straussenfleisch anbräunen.

Das Fleisch aus dem Topf nehmen und zur Seite stellen.

Nun den Lauch, Knoblauch, Rosmarin und die grünen Pfefferkörner anbraten und das Fleisch wieder hinein geben.

Den Brandy leicht erhitzen, über das Fleisch giessen und anzünden.

Sherry leicht erhitzen und mit dem Rotwein und dem Zitronensaft über das Fleisch giessen, wenn die Flamme kleiner geworden ist.

Zugedeckt für 2,5 Stunden (oder bis das Fleisch gar ist) bei kleiner Hitze schmoren lassen.

Das restliche Gemüse auf das Fleisch schichten.

Den Cremespinat mit Mehl und Milch gut verrühren und in den Topf giessen.

Mit Muskatnuss und Salz würzen, und weitere 15 Minuten zugedeckt köcheln lassen.

Während des Kochens nicht umrühren.

Als Beilage serviert man am besten Reis oder ein Baguette.