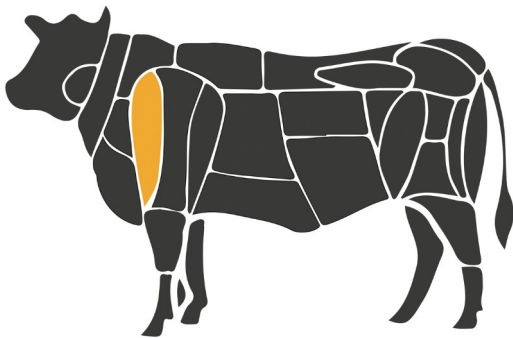




**Bio von der Weide
auf den Teller**

Sebastian Frölich, Küchenleiter des Werner Forßmann Krankenhaus
der Klinikum Barnim GmbH in Eberswalde

Gekochtes Fleisch vom Uckermärker Weiderind



Zutaten (für 100 Personen)

15 kg	Falsches Filet
5 kg	Suppengemüse (z. B. Zwiebeln, Lauch, Sellerie, Pastinake)
	Karotten
	Lorbeer
	Piment
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

1. Rindfleisch in große Würfel schneiden und in kaltem Wasser ansetzen.
2. Rindfleisch kochen und Eiweiß austreten lassen (weißer Schaum, der oben schwimmt, abschöpfen).
3. Karotten schälen, in rustikale große Würfel schneiden und mit dazu geben.
4. Mit dem klein geschnittenen Suppengemüse sowie Piment und Lorbeer für 2-3 Stunden köcheln lassen.
5. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Dazu schmecken Kartoffeln.