

**Daube Provençale, provenziales Schmorfleisch****Zutaten:**

1,5 kg Rindfleisch (Schulter, Hohe Rippe ohne Knochen)  
250 g gewürfelte Dosen-Tomaten  
3 Karotten  
3 Zwiebeln  
100 g schwarze Oliven  
50 ml Cognac Olivenöl  
Salz, Pfeffer

**Für die Marinade:**

750 ml kräftiger Rotwein  
4 Lorbeerblätter  
2 Stangen Stangensellerie  
3 Knoblauchzehen  
10 schwarze Pfefferkörner  
3 Zweige Thymian  
1 Zweig Rosmarin

**Zubereitung:**

Für die Marinade den Sellerie klein würfeln und den Knoblauch fein hacken. Das Fleisch in 15 etwa 100 g schwere Stücke zerschneiden. Zusammen mit dem Sellerie und dem Knoblauch abgedeckt im Rotwein 24 Stunden im Kühlschrank marinieren.

Das Fleisch aus der Marinade nehmen, mit Küchenpapier trocken tupfen und in einer Kasserolle in Olivenöl heftig anbraten. Zwiebeln und Karotten grob würfeln und dazu geben, zusammen mit den Zutaten aus der Marinade kurz mitbraten, salzen und pfeffern. Mit dem Cognac ablöschen und nun die Tomaten und die längs halbierten Oliven dazu geben. Mit der durch ein Sieb dazu gegossenen Marinade auffüllen bis alles knapp bedeckt ist. Im Ofen bei 120 Grad 4 Stunden schmoren, davon die ersten beiden Stunden im geschlossenen Topf. Noch einmal abschmecken und mit Baguette oder Bandnudeln servieren.