

Kochdauer:

Gut Ding braucht Weile (länger als 60 Minuten)

Schwierigkeit:

gut machbar

Zutaten:

4 Scheiben Rostbraten vom Rind
3 Stk. gelbe Zwiebeln
Salz
Pfeffer, frisch gemahlen
Senf
Öl
Mehl
Paprikapulver

Mein persönlicher Tipp

Beim Fleischeinkauf auf Herkunft und Qualität achten. Rindfleisch sollte eine Reifedauer von mindestens 14 Tagen aufweisen.



Barbara Hubmann

Seminarbäuerin aus Möderbrugg

Zwiebelrostbraten



Foto: Foto Herbst - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

- Die Scheiben vom Rostbraten mit Salz und Pfeffer würzen, eine Seite mit Senf bestreichen.
- In einer Pfanne das Öl erhitzen, das Fleisch scharf auf beiden Seiten anbraten und aus der Pfanne nehmen.
- Zwei Zwiebeln fein schneiden und in der Pfanne anrösten, bis sie eine goldgelbe Farbe haben.
- Das Fleisch wieder zu den Zwiebeln geben, mit Suppe aufgießen, und langsam dünsten.
- Eine Zwiebel in feine Ringe schneiden, in Mehl und Paprikapulver wälzen, in heißem Öl goldgelb backen.
- Vor dem Anrichten mit Mehl stauben und abschmecken.
- Garnieren mit gebackenen Zwiebelringen.
- Als Beilage eignen sich Bandnudeln oder Erdäpfelpüree.

Quellen:



Barbara Hubmann: *Privatrezept*

