

**Kochdauer:**

Mittel (30 bis 60 Minuten)

Schwierigkeit:

gut machbar

Zutaten für 4 Portionen:

4 Stk. Rostbraten vom Rind

100 g Speck

150 g gelbe Zwiebeln

3 Stk. Knoblauchzehen

50 g Butter

20 g Mehl (glatt)

380 ml Apfelmus

Petersilie

Salz

Pfeffer

Apfelmusbraten

Zubereitung

- Zwiebel und Knoblauch hacken, Speck würfeln.
- Rostbraten leicht plattieren und mit Salz und Pfeffer würzen.
- Butter in der Pfanne erhitzen, das Fleisch scharf beidseitig anbraten und danach warm halten.
- Im Bratenrückstand Speck, Zwiebel und Knoblauch anrösten, mit Mehl anstauben und dunkel anlaufen lassen. Mit dem Most aufgießen und die Rostbratenstücke einlegen. Auf kleiner Flamme leicht andünsten.
- Wenn nötig mit ein wenig Wasser aufgießen, die Sauce sollte eine sämige Konsistenz aufweisen.
- Beim Anrichten mit Petersilie garnieren.
- Dazu serviert man als Beilage z. Bsp. Kürbiskernspätzle.

Mein persönlicher Tipp

Durch leises Köcheln bleibt das Fleisch besonders saftig und zart.:

Monika Schachner

Seminarbäuerin aus St. Stefan ob Leoben

Quellen:

- Monika Schachner: *Privatrezept*

