



## Rinderbraten Milano

### Zutaten

- 500 g Rindfleisch a.d. Keule
- 12 g THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 125 ml Rotwein
- 250 ml Wasser
- 1 Beutel MAGGI Fix für Rouladen
- 1 Knoblauchzehe(n)
- etwas Kümmel
- etwas Zimt
- 250 g Schalotten
- 20 g Butter

### Zubereitung

1. Rindfleisch waschen und trocken tupfen.
2. In einem Bräter THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen. Rinderbraten darin anbraten und heraus nehmen.
3. Rotwein und Wasser zugeben. MAGGI Fix für Rouladen einrühren, zum Kochen bringen.
4. Knoblauchzehe schälen, durchpressen und zugeben. Kümmel und Zimt zufügen. Fleisch wieder zugeben. Alles zugedeckt ca. 1 Std. schmoren lassen.
5. Schalotten schälen. In einer Pfanne Butter heiß werden lassen und die Schalotten darin rundherum andünsten. Zum Fleisch geben und weitere 30 Min. schmoren. Dazu passen Tagliatelle und ein gemischter Salat.

### Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	11 g
Energie	374 kcal
Fett	17 g
Protein	37 g

🕒 109 Minuten

⊕ 3 Portionen