



Schwäbischer Zwiebelrostbraten

Zutaten

- 300 g Suppengemüse
- 400 g Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe(n)
- 600 g Rindermedaillons
- 2 EL Butterschmalz
- 1 EL Tomatenmark
- 50 ml Aceto Balsamico
- 250 ml Rotwein
- 400 ml Wasser
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Slightly heaped teaspoon Rosmarin
- 1 Slightly heaped teaspoon Thymian
- 1 TL Pfefferkörner
- 1 Würfel MAGGI Bratensaft (Würfel)
- 1 TL Zucker
- 100 g Mehl
- 0,5 TL Paprikapulver
- etwas Salz
- etwas Pfeffer

Zubereitung

1. Backofen auf 80°C Umluft vorheizen.
Suppengemüse waschen und klein schneiden. Eine Zwiebel waschen und mit Schale vierteln.
Knoblauchzehe schälen und vierteln.
2. Rindermedaillons waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne die Hälfte des Butterschmalzs erhitzen. Die Medaillons darin von jeder Seite 2 Minuten braten. Aus der Pfanne nehmen und auf einen Rost legen. Im vorgeheizten Backofen ca. 40-45 Minuten garen.
3. Im Bratensatz der Pfanne den Rest Butterschmalz erhitzen. Suppengemüse, Zwiebeln und Knoblauch darin anrösten. Tomatenmark zugeben und mitrösten. Mit Aceto Balsamico und Rotwein ablöschen. Saucenansatz in einen kleinen Topf gießen und 2 Minuten kochen lassen, bis der Essig verkocht ist. Wasser zugießen. Lorbeerblatt, Rosmarin, Thymian und Pfefferkörner in die Sauce geben. Alles ca. 15 Minuten zugedeckt köcheln lassen.
4. In der Zwischenzeit zwei Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Ringe schneiden. Sauce durch ein Sieb passieren, Flüssigkeit in einem Topf auffangen. Halbe Zwiebelringe und MAGGI Bratensaft zugeben und weitere 15 Minuten offen sämig einkochen lassen. Mit Zucker abschmecken.
5. Für die Röstzwiebeln die letzte Zwiebel schälen und in dünne Scheiben hobeln. In einer flachen Schale Mehl mit Paprikapulver mischen und Zwiebelringe darin wenden. In einem kleinen Topf die Zwiebelringe goldbraun frittieren. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Rindermedaillons mit Sauce und Röstzwiebeln servieren. Dazu passen Spätzle.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	31 g
Energie	418 kcal
Fett	12 g
Protein	37 g

🕒 60 Minuten

⊕ 4 Portionen