

Kochen mit Klaus

Was den Franken schmeckt:

Zwiebelfleisch mit Petersilien-Püree

Zutaten: (Für 4-5 Personen)

- 1 kg Rinderbraten, Salz, Pfeffer, ½ Bund Suppengemüse, 6 Zwiebeln
- Öl, 2 EL Tomatenmark, 1 TL Zucker, 150 ml Rotwein, 2 EL Mehl,
- 500 ml Gemüsebrühe, 1 EL Majoran, 6 EL Butter, 100 ml Sahne,
- 1,5 kg mehlig Kartoffeln, 100 ml Milch, Muskat, 2 EL TK-Petersilie

Zubereitung:

1. Fleisch waschen, trocken tupfen, salzen u. pfeffern. Gemüse putzen, Suppengemüse u. 1 Zwiebel würfeln. Fleisch in einem Bräter rundum anbraten u. herausnehmen. Gemüse im Bratfett anschmoren, Tomatenmark u. Zucker kurz mit rösten. Mit 100 ml Wein ablöschen u. fast kpl. einkochen lassen. Fleisch zugeben, Brühe angießen u. bei 170°C ca. 2 Std. abgedeckt garen. Nach 1 Std. Braten wenden u. restl. Wein zugießen. Fleisch herausnehmen u. abkühlen lassen. Saucenfond durch einen Sieb passieren, Sauce aufheben.



2. Für das Püree Kartoffeln schälen u. in Salzwasser garen. Sahne u. Milch erhitzen. Kartoffeln abgießen, mit Sahne-Milch, Butter, Salz, Pfeffer u. Muskat verrühren. Petersilie unterrühren.



3. Rest Zwiebeln abziehen, halbieren, in Ringe schneiden u. in Öl anbraten. Rind in Streifen schneiden, mitbraten. Mit Mehl bestäuben. Etwa 250 ml Sauce angießen, fast vollständig einkochen u. mit Salz, Pfeffer u. Majoran würzen. Zwiebelfleisch mit dem Püree servieren.



Tipp des Chaoten: Dazu ein kühles Bier genießen!

