

Vogel's Rezeptbox

Böhmischer Zwiebelrostbraten



Zubereitung

Die Roastbeef- oder Steakscheiben von jeder Seite mit Salz und Pfeffer (Empfehlung: Mischung aus schwarzem Pfeffer und rosa Pfefferbeeren) würzen.

In einer entsprechend großen Pfanne, welche auch in den Backofen bis 200 Grad Celsius gestellt werden kann, das Butterschmalz erhitzen und die Rostbratenscheiben von einer Seite ca. 3 Minuten gut Farbe nehmen lassen.

Nun die Steaks umdrehen und rote Zwiebeln sowie Schalotten und Frühlingszwiebeln in den Zwischenräumen verteilen und weitere 3 Minuten braten. Mit Fond und Wein ablöschen.

Den Knoblauch auf den Rostbratenscheiben verteilen und den Kümmel gleichmäßig darüber streuen.

Das Mehl durch ein feines Sieb auf dem Fleisch verteilen.

Die saure Sahne vorsichtig mit einem Teelöffel homogen rühren und auf dem Fleisch großzügig verteilen.

Mit etwas Salz, Pfeffer und Kümmel bestreuen und ca. 20 Minuten in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen geben.

Hierzu passen Spätzle oder böhmische Serviettenknödel.

Zutaten für 4 Personen

4 Scheiben Roastbeef oder Rumpsteak ohne Fettrand á 300g

2 große Zwiebel(n), rote, groß, in groben Würfeln

2 Frühlingszwiebel(n), (Lauchzwiebel) in Ringen

2 große Schalotte(n), in Scheiben

2 Becher saure Sahne, á 200g

4 Zehe/n Knoblauch, groß, fein gehackt

50 g Butterschmalz

2 TL Kümmel

Salz

Pfeffer, aus der Mühle

2 EL Mehl

100 ml Kalbsfond oder Rinderfond

100 ml Rotwein, trocken