



Rinderbraten

ZUTATEN:

- 1 Zwiebel
- Tomate
- 750g Bio Angus Rinderlende oder -Filet
- je ein TL Salz, Pfeffer und Paprikapulver (edelsüß)
- 4 EL Bratfett
- ¼ l Fleischbrühe
- 1 EL Butter

MÖGLICHE BEILAGEN:

Kartoffelkroketten, Mandelkroketten, Kartoffelpüree, saisonales Gemüse oder Pilze

BRATZEIT: ca.35 Minuten

ZUBEREITUNG:

Den Backofen auf 230° vorheizen. Die Zwiebel schälen und halbieren. Die Tomate waschen. Vom Fleisch die weißen Häutchen entfernen. Das Fleisch kalt waschen, abtrocknen, mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver einreiben, in eine Bratreine legen, das Fett erhitzen und über das Fleisch gießen. Die Tomaten und die Zwiebelhälften zugeben und den Braten auf der mittleren Schiebeleiste im Backofen 35 Minuten garen. Den Braten wenden, wenn er oben braun ist. Den Bratenfond häufig mit wenig heißer Fleischbrühe lösen und das Fleisch damit begießen.

Den fertigen Braten warm stellen. Den Bratensatz mit der restlichen Fleischbrühe lösen, die Sauce mit der Butter aufkochen lassen. Den Braten in dünne Scheiben schneiden, anrichten und mit etwas Sauce überziehen.

Den Rest der Sauce gesondert dazu reichen.

Gutes Gelingen wünscht

*Bio-Hof
Mayer*

Karl Mayer - Bio-Landwirt aus Überzeugung
www.bio-hof-mayer.at