



## Zwiebelrostbraten

Wir benötigen für 4 Personen:

4 Rumpsteaks, ca. 2,5 cm dick, gut abgehangen, 8 mittelgroße Zwiebeln, 125 ml Rotwein, 100 ml Brühe (Rind, Gemüse, je nach Gusto -selbstgekocht, Glas oder instant) Fett zum Braten (vorzugsweise Butterschmalz) Butter, Salz, Pfeffer

### Zubereitung:

Die Fleischscheiben ca. 1 Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen und etwas flach drücken.

Den evtl. vorhandenen Fettrand in Zentimeterabständen etwas einschneiden, erst unmittelbar vor dem Braten mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebeln schälen, in Ringe schneiden und beiseite stellen, den Backofen auf 120 ° (O/U), Umluft 100°, vorheizen. Eine hinreichend große Bratpfanne erhitzen und mit etwas Butterschmalz die Rumpsteaks scharf anbraten (ca. 70 Sekunden auf jeder Seite, falls es rosa gewünscht wird -sonst länger- aber bitte nicht durchbraten!) Aus der Pfanne nehmen und auf einem Gitter (Teller oder Schüssel drunterstellen!) im Backofen warmstellen. Das Fleisch soll nur noch nachgaren, nicht mehr weiter "braten".

In derselben Pfanne mit dem Bratensatz und etwas Butterschmalz oder Öl die Zwiebeln goldbraun anbraten, dann salzen, aus der Pfanne nehmen und ebenfalls warm stellen. Die noch heiße Pfanne sofort wieder auf den Herd stellen, den Bratensatz mit Wein und Brühe ablöschen, Butter einrühren und nach Gusto reduzieren, ggf. einen Schuss Sahne zufügen - abschmecken. Wem es vom Wein zu sauer ist, ein Schuss Portwein oder eine Prise Zucker können hier Wunder wirken... ) Den ausgetretenen Bratensaft in die Soße geben. Jetzt kommt es auf den persönlichen Geschmack an – wer die Zwiebeln „schlonzig“ in der Soße will, tut sie jetzt dazu, wer nicht, erst beim Anrichten auf das Fleisch. In jedem Fall die Steaks noch ca. 2 Minuten in der Soße ziehen lassen – nicht kochen !!– anrichten.

Dazu passen natürlich wieder unsere Spätzle aus dem Rezept vom April und ein Salat oder Gemüse nach Wahl.



**Wünscht guten Appetit!**