

Kurzbraten mit beef-natürlich

Geschnetzeltes mit Dörrtomaten

Zutaten

(für 4 Personen)

500 g geschnetzeltes Rindfleisch, à la minute
Bratbutter oder Bratcrème
Salz
Pfeffer aus der Mühle

Dörrtomaten-Sauce:

1-2 Knoblauchzehen, gepresst
1 rote oder weisse Zwiebel, fein gehackt
2 EL Thymianblättchen
1 EL Dörrtomaten-Öl
1 dl Rotwein oder Fleischbouillon
1 dl Fleischbouillon
2 dl Doppelrahm
75 g Dörrtomaten in Öl eingelegt, abgetropft, in Streifen geschnitten
Salz
Pfeffer aus der Mühle

Thymian zum Garnieren

Vorbereitung

Fleisch ca. 1 Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen

Zubereitungszeit

ca. 30 min

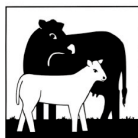


Zubereiten

- 1 Backofen, Fleischplatte und Teller auf 60 °C vorheizen.
- 2 Geschnetzeltes vor dem Braten mit Haushaltspapier trockentupfen. Das Fleisch in 3-4 Portionen, nur kurz (insgesamt 20-30 Sekunden) in der heissen Bratbutter anbraten, dabei nur einmal wenden. Sofort möglichst einlagig auf die vorgewärmte Fleischplatte geben, würzen. Fleisch im auf 60 °C vorgeheizten Ofen 10-20 Minuten durchziehen lassen.
- 3 Für die Sauce Knoblauch, Zwiebel und Thymian im Dörrtomaten-Öl andämpfen. Mit Wein und/oder Bouillon ablöschen, etwas einkochen lassen. Doppelrahm dazu giessen, sämig einkochen. Dörrtomaten beifügen, heiss werden lassen, würzen.
- 4 Das Fleisch in die Sauce geben, Hitze sofort auf die kleinste Stufe reduzieren, Fleisch 3-5 Minuten nachziehen lassen. Das Fleisch darf nicht kochen! Das Geschnetzelte mit Thymian garnieren und servieren.

Infos

Dazu passen Reis, Rösti oder Nudeln.
Statt Dörrtomaten eingeweichte, abgetropfte Morcheln oder Steinpilze mit Knoblauch, Zwiebeln und Thymian andämpfen.
Wird das Fleisch zäh, wurde es zulange gebraten oder mit Flüssigkeit abgelöscht.
Verkürzen Sie das nächste Mal die Anbratzeit.



beef-natürlich.ch
direkt vom Rötflisbergerhof in Knonau