



Metzgerei Eickhoff

Rinderbraten aus dem Backofen

Zutaten für 4 - 6 Personen:

1 kg Rinderbraten
4 Scheiben durchwachsener Speck
2 Möhren
2 Zwiebeln
125 ml (1/8 l) Wasser, Rotwein oder Brühe
Butterschmalz oder Plattenfett (für den Backofen geeignet)
Senf
Salz, Pfeffer

Das Fleisch unter fließend Wasser kurz abbrausen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Anschließend mit Salz und Pfeffer einreiben. In einem Bräter das Schmalz / Fett erhitzen und das Fleisch darin bei mittlerer Hitze von allen Seiten gut anbraten. Anschließend mit dem Senf bestreichen und mit den Speckscheiben belegen.

Die Möhren schälen und in Stücke schneiden. Die Zwiebeln schälen und vierteln und zusammen mit den Möhren zum Braten geben.

Den geschlossenen Bräter in den kalten Backofen auf die untere Schiene geben. Bei ca. 220°C etwa 110 - 120 Minuten garen. Anschließend aus dem Ofen nehmen und zugedeckt nach ca. 10 Minuten ruhen lassen. Nun kann der Braten in Scheiben geschnitten werden. Den Sud und das Gemüse durch ein Haarsieb in einen passenden Topf streichen, aufkochen und zu einer Soße binden. Fleisch anrichten, mit ein wenig Soße übergießen und sofort servieren. Hierzu schmecken gut Kartoffelklöße oder Salzkartoffeln und Buttergemüse.