

Zwiebelrostbraten mit Kartoffelstampf

 happy-mahlzeit.com/2020/02/22/zwiebelrostbraten-mit-kartoffelstampf/

Zutaten:

- 2 Rinderlenden á 150 g
- Mehl zum Mehlieren
- 50 g Butter
- 2 Schalotten
- 0,1 Liter Portwein
- 0,2 Liter Kalbsfond
- Öl zum Braten
- Salz
- Pfeffer

Außerdem:

- 2 Haushaltszwiebeln
- 20 g Mehl
- 5 g Paprikapulver
- Öl zum Frittieren
- Salz
- 1 Bund Petersilie

Für den Kartoffelstampf:

- 150 g mehlig Kartoffeln
- 2 EL kalte Butter
- Salz
- Muskat
- 2 EL Sauerrahm

Zubereitung: Die Zwiebeln auf einer Aufschnittmaschine oder mit der Hand dünn schneiden. Mehl und Paprikapulver zu den Zwiebeln geben und gut durchmischen. Öl zum Frittieren auf ca. 180°C erhitzen. Die Zwiebeln in dem Öl nach und nach frittieren, bis sie goldgelb sind. Dann auf einem Küchentuch abtropfen und leicht salzen.

Petersilie zupfen, waschen, trockenschleudern und in dem Öl kurz frittieren.

Die Kartoffeln schälen, in Salzwasser weichkochen, kurz ausdämpfen lassen und stampfen. Die Butter einarbeiten, mit Salz und Muskat abschmecken.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Rinderlenden leicht mehlieren und auf beiden Seiten scharf anbraten. Die Fleischstücke am Herdbrand lauwarm stellen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die kalte Butter in die Pfanne geben und aufschäumen lassen. Schalotten in Streifen schneiden und in der Butter anbraten. Mit Portwein ablöschen und ein wenig einkochen lassen. Den Kalbsfond dazu geben und die Soße sämig kochen. Das Fleisch wieder einlegen und für ca. 2 Minuten ziehen lassen.

Das Fleisch mit dem Kartoffelstampf auf einem Teller anrichten. Die Sauce darübergeben. Frittierte Zwiebeln mit der Petersilie auf das Fleisch geben und mit dem Sauerrahm servieren.

Rezept: Hans Jörg Bachmeier

Quelle: Einfach. Gut. Bachmeier vom 3.6.2018