Rinderlende in Senf-Bier-Sauce

powered by: Gary's Cookbook

Vorgeschlagen von: am So 19 Apr 2009 16:56:07 CEST

Beschreibung

Zutaten
3 Möhren, 2 Zwiebeln, 1 Stange Sellerie, 750 g Rinderlende (Roastbeef), Pfeffer, Salz, 40 g Butterschmalz, 200 ml Wasser, je 1 Zweig Rosmarin und Thymian, 2 EL Senf, 200 ml Weizenbier oder Export, 1 EL Speiseöl, 250 g Spätzle, 5 EL Flockenpürree, 150 g Crème fraîche

Zubereitung
Möhren putzen und in Streifen schneiden, Zwiebel und Sellerie schälen und würfeln. Rinderlende pfeffern und salzen.
In einem Bräter Butterschmalz erhitzen, Rinderlende etwa 8 Minuten von allen Seiten kräftig anbraten.
Aus dem Bräter nehmen, Bratensatz mit 50 ml Wasser loskochen, Gemüse im Bratfett 15 Minuten dünsten.
Restliches Wasser, Rosmarin und Thymian zum Gemüse geben. Rinderlende mit Senf bestreichen, in das Gemüse legen. Bier zugießen, im geschlossenen Topf im Backofen (vorgeheizt) bei 200 Grad ca. 25 Minuten schmoren.
Salzwasser und 1 EL Öl in einem Topf zum Kochen bringen, Spätzle darin bissfest garen, abgießen und warmhalten. Nach Ende der Garzeit Fleisch aus dem Bräter nehmen, in Alufolie einschlagen, 5-10 Minuten ruhen lassen. Sauce mit Flockenpürree binden, Crème fraîche unterziehen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rinderlende in Scheiben schneiden. Fleischsaft auffangen, in die Sauce geben, Fleisch mit Sauce und Spätzle appetitlich anrichten.

Anmerkungen

Zubereitungsdauer	5 Min	**Schwierigkeit**	ganz einfach
Portionen	eine Portion	**Sonstige Menge**	
Land/Region		**Kosten**	
Vegetarisch	0	**Laktose frei**	0
Diabetisch	0	**Gluten frei**	0
Kilo-Kalorien		**Kilojoule**	
Fettgehalt		**Broteinheiten**	
Eiweiß		**Kohlehydrate**	