

Vorgeschlagen von: am So 19 Apr 2009 17:13:24 CEST

Beschreibung

Zutaten

1 kg Rindfleisch, Salz, Pfeffer, Fett, 1 Zwiebel, 1 Möhre, 2 Nelken, 1/4 l Wasser, 1 Brühwürfel, Sahne, 1/8 l Landbier, Mehl

Zubereitung

Rindfleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch anbraten geschnittene Zwiebel, Möhre und Nelken dazugeben und mit Wasser aufgießen. Bei schwacher Hitze 1,5 Std. schmoren lassen. Dunkle Mehlschwitze bereiten, mit dem durchgeseihten Fleischsud und dem Bier begießen. Mit Salz, Pfeffer und Brühwürfel würzen. Fleisch in Scheiben schneiden und hinzufügen. Zum Schluß mit Sahne abschmecken. Dazu Salzkartoffeln und Salat.

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		Proteinheiten	
Eiweiß		Kohlehydrate	