# Zigeunerbraten

powered by: Garge Cookbook

Vorgeschlagen von: am So 19 Apr 2009 18:10:03 CEST

## **Beschreibung**

#### Zutaten

1 kg Rindfleisch (Filet) im Ganzen
125-150 g Räucherspeck in dünnen, langen Scheiben
3-4 EL Schweineschmalz
4 große feingeschnittene Zwiebeln
2 der Länge nach dünn geschnittenen Karotten
3 EL Tomatenmark

## Zubereitung

2 Gläser dunkles Bier

Das Fleisch in etwa 2cm Abstand 4-5cm tief einkerben und die Schnittstellen mit je einer Scheibe Speck füllen, salzen und pfeffern.

Das Fleisch mit einem Faden fest umwickeln, mit Zwiebeln im Schweineschmalz gut anbräunen und Karotten wie Tomatenmark zugeben. Mit dem Bier löschen. Braten unter häufigen Begießen weiter bräunen. Wenn er gar ist, die Sauce durch ein Sieb gießen.

## 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	