

# Zwiebelrostbraten

## Zutaten

Für 4 Portionen

2 mittelgroße Zwiebeln

3 EL Mehl

250 g Butterschmalz

4 Rumpsteaks à 200 g

Salz, Pfeffer

3 EL Pflanzenöl

1 EL Tomatenmark

1 EL Preiselbeeren/Schüttel-Johannisbeeren

150 ml Rinderfond



1. Zwiebeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Zwiebel in Mehl wälzen. Im heißen Butterschmalz backen. Am besten mit einer Fleischgabel immer wieder umrühren, damit die Zwiebel locker bleiben und kross werden. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Im Backrohr bei 80 Grad warm stellen.

2. Steaks mit Salz und Pfeffer würzen. Steaks bei starker Hitze in Pflanzenöl von beiden Seiten knappe 2 Minuten anbraten - je nach Wunsch medium oder durch. Anschließend ebenfalls warm stellen und zu den Zwiebeln in den Backofen geben.

3. In die Pfanne zum Bratenansatz Tomatenmark und Preiselbeeren oder selbst gemachte Schütteljohannisbeeren (Rezept Seite 61) zugeben und leicht glasig anschwitzen. Mit Rinderfond aufgießen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und solange einreduzieren bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

4. Auf den Tellern die Rumpsteaks anrichten. Soße darüber geben und die Zwiebeln locker daraufsetzen.

*Wir empfehlen dazu knusprige Kartoffelrösti.*



Viele Grüße

**Romy Dadlhuber, M.A.**