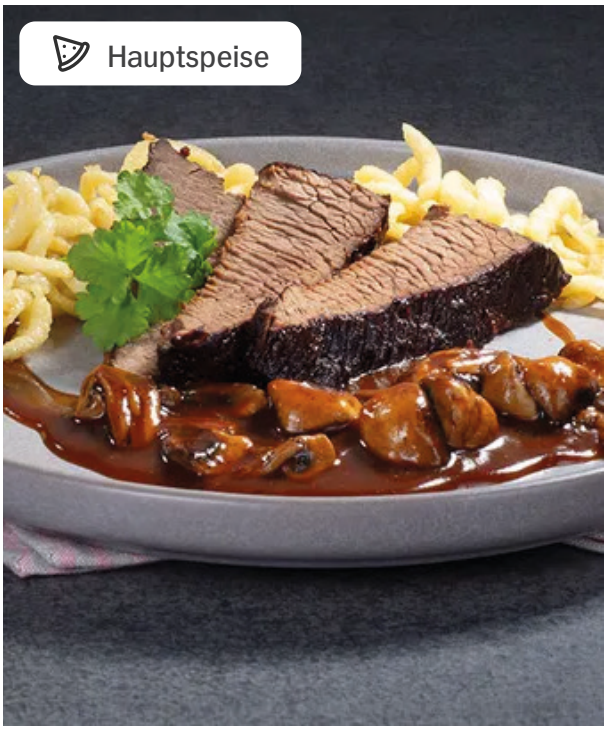

Rinderbruststücke in Rotwein-Champignon-Sauce

auf Spätzle

- 40 min Zubereitungszeit
- 200 min Kochzeit
- 944 kcal pro Portion
- Mittel
- Deutsche Küche
- International

Zutaten

2 Portionen

500 g	Jungbullen-Brust
1	Möhre
1	Pastinake
100 g	Knollensellerie
2	Zwiebeln, rot
2	Knoblauchzehen
0,25	Bund Thymian
2 El	Tomatenmark
250 ml	Rotwein
1	Lorbeerblatt
250 ml	Rinderfond
250 g	Champignons
400 g	Spätzle, vorgegart
2 El	Pflanzenöl zum Braten
1 Prise	Salz, Pfeffer zum Würzen

Zubereitung

1. Möhre, Pastinake und Knollensellerie schälen und in Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und ebenfalls in Würfel schneiden. Thymian fein hacken. Rinderbrust abwaschen, trocken tupfen und von Sehnen und überschüssigem Fett befreien.

2. Backofen auf 160 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. In einem Bräter etwas Öl erhitzen. Rinderbrust rundherum scharf anbraten und aus dem Bräter nehmen. Erneut etwas Öl erhitzen. Zwiebel anschwitzen. Gemüse hinzugeben. 2–3 Min. scharf anbraten. Knoblauch hinzugeben, dann Tomatenmark einrühren. Mit Rotwein ablöschen. Thymian, Lorbeerblatt und Rinderfond hinzugeben. Rinderbrust zurück in den Bräter legen. Abgedeckt im Ofen ca. 2,5 Stunden schmoren lassen.

3. Champignons in Viertel schneiden. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen. Champignons darin braten, bis sie leicht braun sind Mit Salz, Pfeffer würzen.

4. Rinderbrust aus dem Bräter nehmen, kurz abkühlen lassen.. Rest durch ein Sieb passieren. Auf dem Herd erneut aufkochen. Rinderbrust und Champignons hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer abschmecken.

5 Öl in einer Pfanne erhitzen und die Spätzle darin goldbraun braten..

6 Spätzle auf Tellern anrichten. Rinderbrust in Rotwein-Champignon-Sauce auf den Spätzle verteilen und servieren.

Nährwerte

	pro 100g	pro Portion
Brennwert	378kJ /90kcal	3.964kJ /944kcal
Fett	2g	23g
davon gesättigte Fettsäuren	1g	10g
Kohlenhydrate	8g	82g
davon Zucker	2g	16g
Eiweiß	8g	75g
Salz	1g	3g