
 Hauptspeise



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 rote Zwiebeln

2 Knoblauchzehen

0,25 Bund Thymian

2 El Tomatenmark

250 ml Rotwein

1 Lorbeerblatt

250 ml Rinderfond

250 g Champignons

400 g vorgegarte Spätzle

2 El Pflanzenöl zum Braten

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 und Pfeffer würzen.
- 4 Rinderbrust aus dem Bräter nehmen, kurz abkühlen lassen. Rest durch ein Sieb passieren. Auf dem Herd erneut aufkochen.

1 Prise Salz & Pfeffer zum Würzen

Rinderbrust und Champignons hinzugeben. Mit Salz und 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