


 Hauptspeise



Wiener Zwiebelrostbraten

mit gebratenen Semmelknödeln

 20 min Zubereitungszeit

 35 min Kochzeit

 1.081 kcal pro Portion

••• Leicht

 Deutsche Küche

 International



Zutaten

2 Portionen

2 Steaks Argentinisches Roastbeef à 250 g

4 Zwiebeln, weiß

1 Knoblauchzehe

4 Stängel Thymian

2 El Mehl

Butterschmalz zum Braten

1 Tl Rohrzucker

100 ml Rinderfond

200 ml Dunkelbier

50 ml Schlagsahne

2 El Senf

4 Semmelknödel

Salz & Pfeffer zum Würzen

Zubereitung

- 1 Knödel nach Anleitung in ausreichend kochendem Salzwasser gar kochen. Anschließend vollständig auskühlen lassen.
- 2 Zwiebeln schälen und achteln. Knoblauchzehe schälen und in feine Scheiben schneiden. Thymianblätter abstreifen und grob hacken.
- 3 Steaks abtupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Mehl bestäuben. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Steaks von beiden Seiten scharf anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen.
- 4 Nun erneut etwas Butterschmalz in der Pfanne erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch anschwitzen, bis sie beginnen Farbe zu bekommen. Thymian und Rohrzucker hinzugeben und kurz karamellisieren.
- 5 Mit Rinderbrühe und Dunkelbier ablöschen und um 1/3 einkochen lassen. Schlagsahne, Senf hinzugeben, aufkochen und mit Salz und Pfeffer

abschmecken. Steaks in die Sauce legen und bei kleiner Hitze ca. 10 Min. weich dünsten.

- 6 In der Zwischenzeit die Knödel in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. In einer weiteren Pfanne etwas Butterschmalz erhitzen. Knödelscheiben von beiden Seiten goldbraun braten.
- 7 Wiener Rostbraten mit Knödeln auf Tellern anrichten. Ordentlich Sauce über alles geben.

Nährwerte

	pro 100g	pro Portion
Brennwert	671kJ /159kcal	4.561kJ /1.081kcal
Fett	4g	30g
davon gesättigte Fettsäuren	1g	5g
Kohlenhydrate	17g	114g
davon Zucker	2g	13g
Eiweiß	11g	74g
Salz	0g	3g