

# ROASTBEEF IM GANZEN



PERFEKT  
FÜR DIE  
KALTEN TAGE!

## ZUTATEN FÜR 4

2kg Roastbeef am Stück  
Senf  
Senfkörner  
1 Zwiebel  
Suppengemüse  
Frühlingszwiebel  
Rosmarin  
Hokaido Kürbis





1 Fleisch vorbereiten, indem man es mit Senf bestreicht und mit Senfkörnern würzt. Die Gewürze dabei richtig gut ins Fleisch einmassieren.



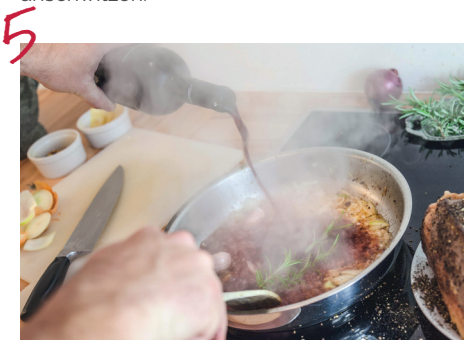
2 Zwiebel schneiden und von den Schalen sowie klassischem Suppengemüse eine Brühe ansetzen. Die geschnittenen Zwiebeln mit ein wenig Knoblauch und Rosmarin langsam anschwitzen.



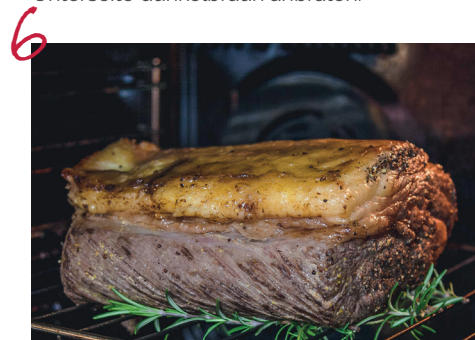
3 Das Fleisch mit dem Fett nach unten scharf in einer Pfanne anbraten. Warten, bis das Fett beginnt, an den Rändern goldbraun zu werden, dann wenden und das Fleisch auf der Unterseite dunkelbraun anbraten.



4 Sobald das Öl wieder ruhig ist, kann man dann das Fleisch anbraten. Bitte nicht warten, bis das Öl beginnt, zu dampfen.



5 Die Zwiebel mit Rotwein und dann mit der Gemüsebrühe ablöschen und langsam köcheln lassen, bis man eine schöne Sauce bekommt.



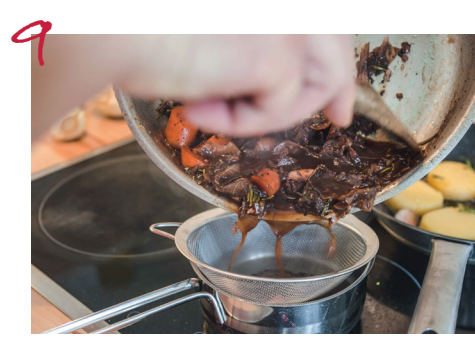
6 Das Backrohr auf 100 °C vorheizen. Ein Rosmarin-Bett für das Fleisch vorbereiten und dieses darauf ablegen. So zieht noch Aroma ins Fleisch.



7 Kürbis in Spalten schneiden und zusammen mit Knoblauch und Frühlingszwiebel auf einem Blech verteilen.



8 Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen und vorsichtig mit Honig benetzen. Das Blech dann unter das Fleisch in den Ofen geben. Das Stück braucht 2 Stunden, um gar zu werden.



9 Die Sauce, sobald sie eingekocht ist, durch ein Sieb passieren.



10 Das zum Roastbeef mit Kürbis passen perfekt gebratene Polenta-Taler oder Prinzess-Kartoffeln.

## TIPP

Wenn man einen einzigen Tropfen Wasser zum Öl in die Pfanne gibt, dann weiß man, dass das Öl heiß genug ist, sobald dieser Tropfen verbrutzelt.