

Zwiebelrostbraten mit ofengeröstetem Rotkraut und Apfel-Kren-Creme

4 Personen

ZUTATEN

Für den Rostbraten:

4 Scheiben Roastbeef oder
Entrecôte (à ca. 180g)
Salz, Pfeffer
Öl zum Anbraten

Für das Rotkraut:

1 kleines oder ½ großes Rotkraut
6 EL Olivenöl
2 TL Honig
2 TL Apfelessig
Salz, Pfeffer

Für die Röstzwiebeln:

2 Gemüsezwiebeln
3-4 EL **Mehl**
Pflanzenöl zum Frittieren
Salz

Für die Kren-Creme:

¼ süß-säuerlicher Apfel, gerieben
10-15 g frischer Kren, gerieben
100 g **Sauerrahm**
Salz, Pfeffer

Für die Sauce:

½ EL Tomatenmark
100 ml **Rotwein**
400 ml Rinderfond
2 EL kalte **Butter**, in Würfeln
Salz, Pfeffer



ZUBEREITUNG

Fleisch etwa eine Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen und Zimmertemperatur annehmen lassen.

Den Backofen auf 160 °C CircoTherm® Heißluft vorheizen. Äußere Blätter des Rotkrauts entfernen. Kraut halbieren und Strunk entfernen. In dünne Scheiben schneiden, auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen. Öl, Honig, Essig, Salz und Pfeffer zu einer Marinade vermengen und über das Rotkraut träufeln. Im Backofen (Einschubhöhe 2) mit geringer Dampfzugabe etwa 45 Minuten rösten, bis das Kraut weich ist, aber noch etwas Biss hat.

ALLERGIESTOFFE SIND FETT MARKIERT

Zwiebelrostbraten mit ofengeröstetem Rotkraut und Apfel-Kren-Creme

ZUBEREITUNG

Für die Röstzwiebeln die Zwiebeln schälen und in möglichst feine Ringe schneiden. Einen kleinen Topf oder eine Pfanne 2-3 cm hoch mit Öl füllen. Das Öl auf 170 °C erhitzen. Zwiebeln in Mehl wenden und portionsweise frittieren, bis sie goldbraun sind. Mit einer Schaumkelle herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit etwas Salz würzen.

Für die Kren-Creme Apfel, Kren (Menge nach Geschmack) und Sauerrahm vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kühl stellen.

Die Backofentemperatur auf 80 °C „Sanftgaren“ reduzieren. Das gebackene Kraut auf die unterste Schiene des Ofens schieben. Fleisch salzen und pfeffern. In der heißen Pfanne auf beiden Seiten in Öl scharf anbraten. In einen ungelochten Garbehälter legen.

Bratenthermometer anstecken. Kombirost auf Einschubhöhe 3 einschieben, Mess-Stab in die dickste Stelle des Fleisches stecken und eine Kerntemperatur von 55-57 °C (Medium) auswählen. Auf Start drücken.

Zum Bratensatz in der Pfanne Tomatenmark hinzufügen. Mit Rotwein ablöschen und vermengen. Einkochen lassen, bis der Wein eine sirupartige Konsistenz hat. Anschließend mit Rinderfond angießen und auf die Hälfte einkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vor dem Servieren 2 EL kalte Butter in die Soße geben und rührend auflösen. Dabei die Hitze auf die kleinste Stufe reduzieren.

Nach Beenden des Garvorgangs Fleisch aus dem Ofen nehmen und etwa 5 Minuten ruhen lassen. In Scheiben schneiden und auf dem Rotkraut anrichten. Mit Bratensauce, Röstzwiebeln und Kren-Creme servieren.

Tipp: Statt die Zwiebeln zu frittieren, können sie auch im Backofen zubereitet werden. Die geschnittenen und mehlierten Zwiebeln dafür auf ein gelochtes Blech legen und mit etwas Öl benetzen. Bei 140 °C CircoTherm® Heißluft und geringer Dampfzugabe für 40 Minuten garen. Anschließend für etwa 2 Stunden (je nach Größe der Zwiebeln) bei 90 °C ohne Dampf trocknen.