

Kochen mit Klaus

Was den Franken schmeckt:

Feines Roastbeef mit Speckbohnen

Zutaten: (Für 4 Personen)

- 1 kg Roastbeef-Braten, Salz, Pfeffer, Öl, 2 Zwiebeln, 2 Knobzehen,
- je 400 ml Rotwein & Rinderfond, 3 Rosmarinzweige, 3 EL Bratensaft,
- 50 g kalte Butter, Saucenbinder, 500 g TK grüne Bohnen,
- Bohnenkraut, 50 g Schinkenwürfel, Petersilie, Schnittlauch

Zubereitung:

1. Fettschwarte vom Braten entfernen, Braten mit Salz u. Pfeffer einreiben. Schwarte in einer Pfanne auslassen u. den Braten darin rundherum gut anbraten. Pfanne für den Saucenansatz beiseitestellen. Braten auf Rosmarin in eine mit Alufolie belegte Auflaufform geben, in den Ofen schieben u. ca. 1,5 Std. im vorgeh. Ofen bei 100°C garen.



2. Zwiebeln, Knobi klein schneiden. Nach ½ der Garzeit ½ Zwiebeln u. ½ Knobi im Bratfett 5 Min. anschwitzen. Mit Wein, Brühe ablöschen u. aufkochen. Bei mittlerer Hitze auf die Hälfte einkochen lassen.



3. Schinkenwürfel in Öl anbraten, restl. Zwiebeln, Knobi u. Bohnen mitbraten. Abgedeckt warm stellen.



4. Braten aus dem Ofen holen. Den ausgetretenen Fleischsaft in die Sauce geben, noch mal aufkochen, mit Bratensaft, Salz u. Pfeffer abschmecken. Mit Binder andicken, kalte Butter u. Kräuter einrühren. Fleisch in Scheiben schneiden, mit Sauce u. Beilagen servieren.

Tipp des Chaoten: Dazu Salzkartoffeln servieren.

