

# Kochen mit Klaus

## Rinderbraten mediterrane Art

**Zutaten: (Für 4-5 Personen)**

- 1 kg Rinderbraten, Salz, Pfeffer, 1 Bund Suppengrün, 3 Zwiebeln,
- 6 Knobzehen, 4 EL Tomatenmark, Olivenöl, Thymian, Rosmarin,
- je 400 ml Rotwein & Rinderfond, Bratensaft, Basilikum & Petersilie

### Zubereitung:

1. Braten pfeffern. Gemüse schälen. 1 Zwiebel, ½ Knoblauch klein würfeln. Rest Gemüse grob schneiden.



2. Braten in heißem Öl rundum braun anbraten. Herausnehmen u. salzen. Grobes Gemüse im Bratfond anschmoren, Tomatenmark mitbraten u. mit Rotwein ablöschen. Braten zugeben u. mit ½ Fond begießen. Je 1 TL Rosmarin & Thymian zugeben u. Fleisch im Ofen bei 200°C 2 Std. schmoren. Den Braten immer wieder mit restl. Fond übergießen. Nach 1 Std. wenden. Nach Ende der Garzeit den Braten herausnehmen u. warm stellen. Schmorfond abgießen u. pürieren.



3. Zwiebel- u. Knobwürfel in Öl dünsten. Fond zugießen, Bratensaft u. etwas Wasser zugeben, aufkochen. Salzen u. pfeffern. Kräuter unterheben. Braten aufschneiden, mit Sauce u. Beilagen reichen.



*Tipp des Chaoten:*

*Dazu Pasta und ein Gemüse mediterrane Art reichen!*



Erstellt von Klaus am 13.10.2013