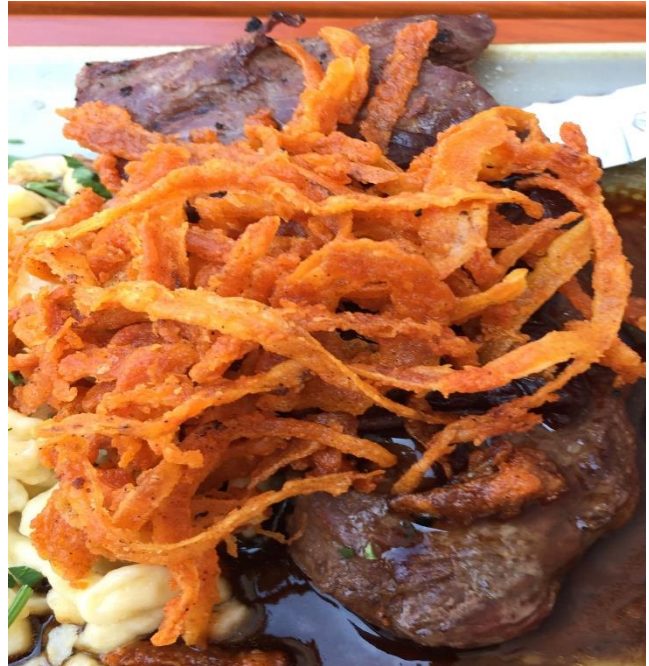


Zwiebelrostbraten (Rezept für 4 Personen)

4 Scheiben Roastbeef (Steaks) a. 180 g,
3 mittelgroße Zwiebeln,
80 g Mehl,
1 Teelöffel edelsüßer Paprika,
0,3 Liter Rapsöl,
0,25 Liter Bratensoße
Gewürze



Bild/U.Großmann

Rostbraten

Die Roastbeef Scheiben sollen von einem gut abgehangenen Fleisch sein. In einer Pfanne etwas Rapsöl erhitzen, dann die Steaks einlegen und dann je nach Wunsch auf jeder Seite 2- 5 Minuten braten. Dann mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen. Die Bratstufe bei je Seite 2 Minuten ist „Englisch“ , bei je Seite 3 Minuten „Medium“ und bei 5 Minuten pro Seite sind die Steaks durchgebraten.

Röstzwiebeln

Die Zwiebeln schälen und mit dem Gurkenhobel in feine Scheiben hobeln. Das Mehl mit dem Paprikapulver vermengen und mit den Zwiebelscheiben vermengen. Das restliche Rapsöl in einer tiefen Pfanne erhitzen und die Zwiebelscheiben darin ausbacken. Wenn die Zwiebeln goldgelb sind aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier legen. Man kann die Röstzwiebeln auch vormachen, dann allerdings im Backrohr bei 60 Grad warmhalten.

Als Beilage eignen sich am besten **Spätzle oder Käsespätzle**. Für die Soße, dazu die Bratensoße aufkochen und unter dem Rostbraten angießen.

Das Rezept für die Bratensoße ist im Rezept „Sonntagsbraten vom Donau Ries Schwein“ beschrieben.