

Rindfleischscheiben mit Gemüse bei SehrLecker.de



Die Zutaten:

2 Stangen Porree, 4 Möhren, 200 gr Champignons, 2 Esslöffel Margarine, 250 ml Fleischbrühe, 1 Teelöffel gerebelten Estragon, 1 Teelöffel gerebelte Zitronenmelisse, 2 Teelöffel Soja-Soße.
Für die Marinade: 125 ml Fleischbrühe, 2 Esslöffel Weinbrand, 2 Esslöffel Zitronensaft, 2 Esslöffel Speiseöl, 1 Zehe Knoblauch, 600 gr Rindfleisch (aus der Keule), 1 Prise Salz, 1 Prise Pfeffer.

Die Vorbereitungen:

Den Knoblauch zerdrücken und die restlichen Zutaten für die Marinade miteinander verrühren, das Rindfleisch waschen, abtrocknen, in dünne Scheiben schneiden, in die Marinade geben, zugedeckt etwa 2 Stunden stehen lassen, das Fleisch evtl. einmal wenden.

Den Porree putzen, gründlich waschen, in Scheiben schneiden, nochmals waschen. Die Möhren putzen, schrappen, waschen, in dünne Streifen schneiden, die Champignons putzen, waschen, in Scheiben schneiden, die Fleischscheiben aus der Marinade nehmen, gut abtropfen lassen, die Marinade aufbewahren.

Die Zubereitung:

Margarine erhitzen, das Fleisch unter Wenden gut darin anbraten das Gemüse nach und nach hinzufügen, unter ständigem Wenden etwa 5 Minuten dünsten lassen.

250ml Fleischbrühe mit der Marinade zu dem Fleisch geben, Estragon und Zitronenmelisse hinzufügen, zugedeckt etwa 30 Minuten schmoren lassen, mit Soja-Soße abschmecken.

Beilage: Kartoffelpüree