



KLEESCHULTE
WESTFÄLISCHE ÖLMÜHLE

Rindergeschnetzeltes

Zutaten für 4 Portionen

- 600 g Rinderfiletspitzen
- 2 Lauchzwiebeln
- 250 g Champignons
- 400 g Möhren, 1 Kohlrabi
- 5 EL Feines Rapsöl, Salz, Pfeffer
- 4 cl Weinbrand, 1/2 l Fleischbrühe
- 200 g Schmand
- 3-4 EL scharfer Senf, 1 TL Zitronensaft
- evtl. einige Petersilienblätter zum Bestreuen



Zubereitung

Fleisch in dünne Streifen schneiden. Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden. Champignons putzen und blättrig schneiden. Möhren und Kohlrabi schälen. Möhren in feine Stifte, Kohlrabi in schmale Spalten schneiden.

3 EL Rapsöl erhitzen und das Fleisch darin rundum 3 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen, aus der Pfanne nehmen und warm halten. Restliches Rapsöl im Bratfett erhitzen. Zwiebeln, Pilze und Gemüse in die Pfanne geben und unter Rühren anbraten. Weinbrand, Brühe, Schmand und Senf einrühren und alles ca. 10 Minuten sacht köcheln lassen. Fleisch untermischen, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Evtl. Petersilie waschen, trockenschütteln, hacken und zum Schluss über das Geschnetzelte streuen.

Spätzle sind eine passende Beilage.

Zubereitungszeit: ca. 1 Stunde
Kalorien: pro Portion ca. 500 kcal / 2100 kJ



Guten Appetit!