

# Rotweinbraten

## Zutaten | 6-8 Portionen

1 kg	Rinderbraten
	Salz, Pfeffer
Marinade	
375 ml	Rotwein
125 ml	Wasser
1	Zwiebel
1	Möhre
1	Knoblauchzehe
5	Lorbeerblätter
2 TL	Thymian
4 TL	gehackte Petersilie
50g	Butterschmalz
1	Tomate
½	Lauchstange
1 Tasse	Fleischbrühe
1 Becher	Crème fraîche
	Speisestärke

Zubereitungszeit: 20 Min., Wartezeit: 8 Stunden, Garzeit: 120 Min.

## Zubereitung:

- Den Rinderbraten mit Salz und Pfeffer einreiben.
- Für die Marinade Wein, Wasser, die geschälte und kleingeschnittene Zwiebel, Möhre und Knoblauchzehe mit 4 Lorbeerblättern, Thymian und 2 TL gehackte Petersilie in einen Topf geben und den Braten hineinlegen.
- Der Braten muss 6-8 Stunden bei Zimmertemperatur oder 12-24 Stunden abgedeckt im Kühlschrank marinieren. Dabei mehrmals wenden.
- Das Fleisch aus der Marinade nehmen und trocken tupfen.
- Butterschmalz in einem Bräter erhitzen und den Braten von allen Seiten scharf anbraten.
- Tomate vierteln, Lauchstange waschen, putzen und in feine Ringe schneiden.

- 
- Mit 2 TL gehackter Petersilie, 1 Lorbeerblatt und der Fleischbrühe vermengen und in den Bräter zum Braten geben.
  - Den Bratentopf mit Deckel in den vorgeheizten Backofen setzen und bei 180° C Ober-Unterhitze ca. 120 Min. garen. Nach der Hälfte der Garzeit etwas Rotweinsteinmarinade angießen.
  - Den fertigen Braten aus dem Bräter nehmen und warm stellen. Den Bratenfond im Bräter mit Crème fraîche auffüllen und evtl. mit etwas angerührter Speisestärke binden.

Die folgenden Angaben beziehen sich bei 6 Personen auf eine Portion von 416 g:

## Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
528 kcal	34.3 g	10.7 g	35.7 g	99.9 mg