



# Krenfleisch mit saurem Wurzelwerk und röschen Zwiebelbratkartoffeln

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 1:30 h
- **Fertig in** 1:45 h

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '105', 'cook_time' : '1:30 h', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : " } });
```

„Schmackiges Sommeressen“ für jeden Tag, gut vorzubereiten, herzlich, lecker

## Zutaten

- Für das Krenfleisch:
  - 700 - 800 g magere, parierte Rinderbrust
  - Frischer, geriebener Meerrettich
  - Salz, 5 - 6 gedrückte Pfefferkörner, 2 Lorbeerblätter
  - 1 Bund Suppengrün
  - 1 gebrannte Zwiebel
- Für das Julienne - Gemüse:
  - 2 Stangen Porrée in dünnen Streifen (Nur das Weiße)
  - 1 - 2 frische Möhren in dünnen Streifen (Gleiche Menge)
  - 120 g Knollensellerie in dünnen Streifen (Gleiche Menge)
  - 1 kleines Bund Schnittlauch
- Für die Marinade:
  - 1 kleine Knoblauchzehe, fein geschnitten, mit Salz gerieben
  - 5 El weißer Balsamico
  - 2 El Rapsöl
  - Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker

## Zubereitungsart

### Schritt1

Vorgehensweise in folgenden Schritten.

### Schritt2

Der Ansatz:

### **Schritt3**

Die gewaschene Rinderbrust in kochendes Salzwasser geben, den Topf zurückziehen, Suppengrün und Gewürze beifügen, nur noch leise weiter „simmern“ lassen.

### **Schritt4**

In einer kleinen Stielpfanne ohne Fett die halbierte Zwiebel schwarz brennen, dazu geben.

### **Schritt5**

( Das macht die schöne Bernstein - Farbe der Bouillon aus)

### **Schritt6**

Ca 1 1/2 Stunden leise köcheln lassen, danach prüfen, das Fleisch sollte sehr schön weich sein.

### **Schritt7**

Danach in recht dünne Scheiben schneiden.

### **Schritt8**

In der Zwischenzeit, .die geriebene Knoblauchzehe mit etwas Bouillon, Balsamico, Salz, gemahlenem Pfeffer und einer Prise Zucker zu einer herzhaften Marinade verrühren, mit dem Rapsöl aufziehen, nachschmecken.

### **Schritt9**

Das Wurzelgemüse mit wenig von der Bouillon „bissfest“ blanchieren und mit etwas von der Marinade anmachen.

### **Schritt10**

Anrichtevorschlag:

### **Schritt11**

Das ausgekühlte, dünn geschnittene Rindfleisch in einer feuerfesten Form oder auf einer Platte „staffelartig“ anrichten und die Marinade gleichmäßig verteilen.

### **Schritt12**

Das Wurzelgemüse darüber geben, mit Schnittlauch bestreuen;

### **Schritt13**

frisch geriebenen Meerrettich darüber reiben.

### **Schritt14**

Gern reiche ich dazu rösche Zwiebelbratkartoffeln und frische Saisonsalate nach Marktangebot.

## Schritt15

**Rezeptart:** Fleischgerichte **Tags:** gut vorzubereiten, preiswert, schmeckt der ganzen familie

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/krenfleisch-mit-saurem-wurzelwerk-und-roeschen-zwiebelbratkartoffeln/>