



# Pot Roast

- **Küche:**Amerikanisch
- **Portionen:** 4-5
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 3:000 h
- **Fertig in** 3:10 h

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '190', 'cook_time' : '3:000 h', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4-5', 'yield' : " " });
```

Der einfache amerikanische Schmorbraten, unaufwendig, kocht sich fast von selbst

## Zutaten

- 1,2 kg marmoriert, durchzogener Rinderbraten (Bugstück oder aus der Keule)
- 2 große Zwiebeln, grob gewürfelt
- 1 Knoblauchzehe, geschält, angedrückt
- 0,5 l Rinderfond
- 425 g Tomaten/Dose, gehackt
- 2 El brauner Zucker
- 1 El scharfer Senf
- 60 ml Zitronensaft
- 60 g Ketchup
- 60 ml Apfelessig
- 1 El Worcester-Sauce
- 1 Bund Petersilie, gehackt
- Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

## Zubereitungsart

### Schritt1

Den Backofen auf 150 ° C vorheizen und die Zwiebeln mit dem braunen Zucker in einen ausreichend großen Bräter (mit Deckel) geben.

### Schritt2

Das Fleisch mit der Knoblauchzehe und dem Senf einreiben, salzen, pfeffern, auf die Zwiebeln setzen.

### **Schritt3**

Den Rinderfond aufgießen und zunächst für ca. 90 min. in den Backofen schieben. Zwischendurch immer wieder begießen.

### **Schritt4**

Danach alle weiteren Zutaten zufügen, weitere 1-3 Stunden (Je nach Fleischqualität) schmoren.

### **Schritt5**

Danach prüfen, das Fleisch sollte sehr schön weich und dabei saftig sein.

### **Schritt6**

Anrichtevorschlag:

### **Schritt7**

In dünnen Scheiben geschnitten anrichten, mit etwas Sauce überziehen, den großen Rest extra reichen.

**Rezeptart:** Rindfleisch **Tags:** Hauptgericht, unaufwendig

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/pot-roast/>