

Schwäbischer Zwiebel-Rostbraten mit Spätzle

Für zwei Personen

300 g T-Bone-Steak	1 Zwiebeln	200 g Hartweizen Mehl
3 Eier	1 Zehe Knoblauch	100 Butter
100 ml Rotwein	100 ml Sahne	250ml Rinderfond
1 EL Teriyakisauce	200 ml dunkle Sojasauce	200 ml Pflanzenöl
Olivenöl, Butter	Pfeffer, Salz	

Den Ofen auf 120 Grad vorheizen. Den Rinderrostbraten waschen und trockentupfen. In eine Pfanne mit Olivenöl geben und kross anbraten. Anschließend den Braten für sieben Minuten in den Ofen geben. Die Zwiebeln und den Knoblauch abziehen und in Ringe schneiden. Anschließend in eine Pfanne geben und in Pflanzenöl goldbraun frittieren. Anschließend die Zwiebelringe auf dem Fleisch platzieren. Das Mehl in eine Schale geben, dazu die Eier und etwas Wasser. Die Masse zähcremig rühren. Den Teig auf ein Schabebrett dünn auftragen und in salziges Wasser schnell einschaben. Warten, bis die Spätzle oben schwimmen. Anschließend die Spätzle herausnehmen, abtropfen lassen und dann in eine Pfanne geben. Die Spätzle in etwas Butter anschwitzen. Den Bratenfond aus der Pfanne mit etwas Fleischbrühe, Butter, etwas Sojasauce, etwas Rotwein und der Sahne cremig rühren. Den Zwiebelrostbraten mit den Spätzle auf einem Teller anrichten und mit der Sauce garnieren.

Felix Assfalg am 02. Januar 2013