

Zwiebelrostbraten mit handgeschabten Spätzle

Für zwei Personen

Für den Zwiebelrostbraten:

600 g Roastbeef, am Stück 4 weiße Zwiebeln 1 Zweig Rosmarin
Butter

Für die Sauce:

1 Bund Suppengemüse $\frac{1}{2}$ weiße Zwiebel 100 ml Rinderfond
40g Tomatenmark Butter Salz
Pfeffer

Für die Spätzle:

200 g Spätzlemehl 4 Eier 1 Bund glatte Petersilie
80g Semmelbrösel Muskatnuss Butter
Salz Pfeffer

Für den Zwiebelrostbraten:

Den Backofen auf 70 Grad Umluft vorheizen. Rosmarin abrausen und trockenwedeln. Butter in einer Pfanne erhitzen. Fleisch von beiden Seiten scharf anbraten. Rosmarin als Zweig dazulegen und im Ofen ca. 20 Minuten ruhen lassen.

Zwiebeln abziehen und in Ringe schneiden. Eine zweite Pfanne mit Butter erhitzen und Zwiebelringe darin anrösten. Zwiebeln aus der Pfanne nehmen.

Für die Sauce:

Den Bratenansatz mit Tomatenmark anschmoren und mit Rinderfond ablöschen. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Vom Suppengemüse Karotte und Sellerie schälen und grob kleinschneiden. Karotten, Sellerie und Zwiebelwürfel in die Sauce geben und einreduzieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Butter montieren. Sauce durch ein Haarsieb geben und in einem kleinen Topf auffangen. Gemüsestücke durch das Haarsieb streichen.

Für die Spätzle:

Die Petersilie abrausen, trockenwedeln und kleinhacken. Eier, Spätzlemehl, 500 ml lauwarmes Wasser, Pfeffer, Salz, Muskat und Petersilie zu einem Teig vermengen. Den Teig, bis er eine leicht zähflüssige Konsistenz erreicht hat, mit der Hand schlagen und Luft unterschlagen. Ein Zeichen für einen guten Teig sind kleine Luftbläschen. Er sollte flüssig genug sein, um ihn schaben zu können, aber auch fest genug, um nicht vom Spätzlebrett zu laufen. Den Teig bei Seite stellen und offen ruhen lassen.

Salzwasser in einem Topf erhitzen. Eine Schale mit kaltem Wasser vorbereiten, ein Sieb zum Abtropfen und einen tiefen Teller bereit stellen. Den Spätzleteig auf ein Spätzlebrett geben und nach und nach in das siedende Wasser schaben. Wenn die Spätzle aufsteigen, sind sie durchgegart und können mit einer Schaumkelle abgeschöpft und in das kalte Wasser gegeben werden. Nach etwa 5 Minuten die Spätzle wieder ausschöpfen und in einem Sieb ruhen lassen.

Butter in einer Pfanne erhitzen, Semmelbrösel hinzugeben und goldbraun anrösten. Die Spätzle mit etwas Butter und den Bröseln in der Pfanne schwenken und mit der zerlassenen Butter überziehen.

Den Zwiebelrostbraten mit handgeschabten Spätzle auf Teller geben, mit Zwiebelringen anrichten und servieren.

Hans-Werner Fetsch am 29. Mai 2017