

Ofen-Rouladentopf

800 g Rinderroulade	4 große Kartoffeln	3 Karotten
1 große Zwiebel, gewürfelt	2 Knoblauchzehen, gehackt	500 ml Gemüsebrühe
2 EL Tomatenmark	1 TL Paprika (edelsüß)	Salz, Pfeffer
2 EL Öl	frische Kräuter	

Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden.

Karotten in Scheiben schneiden Den Ofen auf 180 Grad Celsius vorheizen.

Das Rindfleisch in große Stücke schneiden.

Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Rinderstücke anbraten, bis sie schön gebräunt sind; danach aus der Pfanne nehmen.

In der gleichen Pfanne die Zwiebeln und den Knoblauch anbraten, bis sie glasig sind.

Dann die Karotten und Kartoffeln hinzufügen und einige Minuten weiter dünsten.

Tomatenmark, Paprika, Salz, Pfeffer und die Gemüsebrühe hinzufügen, umrühren und aufkochen lassen.

Das angebratene Rindfleisch in eine große Auflaufform schichten, die Gemüse-Sauce über das Fleisch gießen, die Form abdecken und den Rouladentopf im vorgeheizten Ofen etwa 90 Minuten backen, bis das Fleisch zart ist.

Zum Servieren das Gericht mit frischen Kräutern bestreuen.

Tipps:

Mit einem grünen Salat oder knusprigem Brot servieren.

Ein Glas roten Traubensaft oder eine kohlenensäurehaltige Limonade runden das Essen ab.

Für mehr Geschmack anderes Gemüse, wie Sellerie oder Erbsen hinzufügen.

Die letzten 20 Minuten im Ofen überwachen, damit alles perfekt gart.

NN am 10. September 2025