

Räuberfleisch aus dem Ofen

Für 6 Portionen

1,5 kg Fleisch	4 Knoblauchzehen, gehackt	2 Zwiebeln, gewürfelt
3 Karotten, Stücke	200 ml Gemüsebrühe	100 ml Rotwein
2 EL Pflanzenöl	2 TL Paprikapulver	1 TL Rosmarin
1 TL Thymian	Salz, Pfeffer	

Den Ofen auf 180 °C vorheizen, das Fleisch gut abspülen und trocken tupfen.

In einer Schüssel das Öl mit dem Paprikapulver, dem Rosmarin und Thymian vermengen, das Fleisch darin gut einreiben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Zwiebeln, Karotten, den Knoblauch in eine Auflaufform geben, die Brühe und den Rotwein darüber gießen.

In einer großen Pfanne das Fleisch von allen Seiten anbraten, bis es eine goldbraune Kruste hat.

Das angebratene Fleisch auf das Gemüse legen, die Auflaufform mit Aluminiumfolie abdecken und im vorgeheizten Ofen etwa 1,5 Stunden garen lassen.

Nach der Garzeit die Folie abnehmen und das Fleisch weitere 15 Minuten bräunen. Vor dem Servieren kurz ruhen lassen.

Tipps:

Anstelle des Rindfleisches passen auch Lamm, Kalb und Schwein. Frische Ofenkartoffeln (gebacken oder gebraten) seien empfohlen.

Um die Soße aufzunehmen, passen knuspriges Brot und ein gemischter Salat.

Ein frischer Kräuterquark oder eine scharfe Senf-Soße passen hervorragend.

Für Getränke seien ein kräftiger Rotwein oder ein spritziges Mineralwasser empfohlen.

NN am 09. Dezember 2025