



SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN

Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek
Fon 04151 / 868 21 25 · Fax 04151 / 868 21 29
info@bio-fleischer-laden.de · www.bio-fleischer-laden.de

SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN · Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek

Schröder's Rumpsteak mit Zwiebeln

Rezept für 4 Personen / Vorbereitungszeit: ca. 15 Minuten / Garzeit: ca. 30 bis 35 Minuten

Sie brauchen:

1 Paket Schröder's Rumpsteak/Roastbeef im Stück (ca. 1,5 kg)

oder

2 Rumpsteaks im Zuschnitt (Wunschgewicht 400 Gramm)

1 Glas Schröder's Rinder-Kraftbrühe (400 ml)

2 bis 3 große feste Zwiebeln

4 bis 6 EL Bratöl (Bio)

Fleur de Sel

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

etwa 40 Gramm Butter

etwa 50 ml Rotwein

Und so geht's:

1. Fleisch auspacken, kalt abspülen und trocken tupfen, überflüssiges Fett und Sehnen entfernen.
2. Zwei gleichmäßig dicke, etwa 400 bis 500 Gramm schwere Rumpsteaks abschneiden (siehe Foto). Rest des Roastbeefs mit etwas Olivenöl einpinseln und in einem passenden Behälter mit fest verschließbarem Deckel kaltstellen. Damit die Steaks Raumtemperatur annehmen, machen Sie das am besten 2 bis 3 Stunden vor dem Essen.
3. Zwiebeln schälen und mit einem Gemüsehobel in dünne Ringe hobeln (siehe Foto).



SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN

Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek
Fon 04151 / 868 21 25 · Fax 04151 / 868 21 29
info@bio-fleischer-laden.de · www.bio-fleischer-laden.de

SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN · Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek

4. Zwiebelringe in einer passenden, großen Pfanne kräftig und unter ständigem Rühren gut 5 Minuten in heißem Öl anbraten. Direkt salzen. Sobald die Zwiebeln Farbe nehmen, Temperatur auf mittlere Hitze reduzieren und weiter rösten, bis die Zwiebeln schön gebräunt und zusammengefallen sind. Je nach Pfanne und Herd dauert das noch einmal etwa 5 bis 10 Minuten.
5. Ofen auf 150 Grad Umluft vorheizen.
6. Eine schwere Pfanne, z. B. gusseisern, mit ofenfestem Griff erhitzen. Öl in die heiße Pfanne geben und die Steaks von allen Seiten kräftig anbraten, sodass eine schöne, gut sichtbare Kruste entsteht (etwa 5 bis 7 Minuten).
7. Hitze reduzieren und das Fleisch in der Pfanne unter Zugabe der Butter für etwa 6 bis 10 Minuten in den Ofen stellen – je nach gewünschtem Garzustand.
8. Während des Garens das Fleisch mit Hilfe eines großen Löffels mit dem Butter-Öl-Gemisch begießen.
9. Nach etwa 6 bis 10 Minuten das Fleisch aus der Pfanne nehmen und etwa 10 Minuten ruhen lassen.
10. In der Zwischenzeit die Pfanne bei hoher Hitze auf den Herd stellen und mit dem Rotwein ablöschen, etwa 100 ml Brühe zugeben, die Flüssigkeit stark reduzieren und dann die Pfanne zur Seite ziehen.
11. Das Fleisch gegen die Faser in fingerdicke Tranchen schneiden (das ist das Fachwort für Scheiben), dann salzen und pfeffern. Auf einer Platte mit den nochmal erhitzten Zwiebeln anrichten. Wer möchte, kann etwas von der Sauce über das Fleisch geben. Zusammen mit Selleriesalat und Bratkartoffeln anrichten.

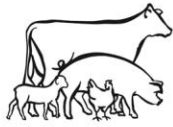
Guten Appetit!

Ihr Schröder-Team

SCHRÖDER'S

BIO

FLEISCH- UND WURSTWAREN



SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN

Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek

Fon 04151 / 868 21 25 · Fax 04151 / 868 21 29

info@bio-fleischer-laden.de · www.bio-fleischer-laden.de

SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN · Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek

Tipps:

- *Bratkartoffeln passen hervorragend zu Rumpsteak mit Zwiebeln und während der Ruhephase können Sie ganz entspannt die Bratkartoffeln rösten.*
- *Die besten Bratkartoffeln gelingen, wenn Sie schon am Vortag festkochende Pellkartoffeln zubereiten. Achtung: Die Kartoffeln nicht ganz garkochen und über Nacht kühl stellen. Kartoffeln vor dem Braten schälen, bei mittlerer bis hoher Hitze in Öl oder Schmalz kross anbraten.*
- *Aus dem Rest des Fleisches können Sie ein paar Tage später ein Roastbeef am Stück braten und mit Remoulade servieren.*

Sellerie-Salat

Rezept für 4 Personen / Zubereitungszeit: ca. 20 bis 25 Minuten / Garzeit: ca. 1 bis 2 Minuten

Sie brauchen:

1 Knolle Sellerie (etwa 500 Gramm)

½ bis 1 Apfel (Boskop)

50 Gramm Walnüsse

1 EL Zucker

3 bis 4 EL Mayonnaise (Bio)

1 Becher Saure Sahne (Bio)

1 Zitrone (Bio)

2 bis 3 EL Essig

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

feines Meersalz

Ware nach Richtlinien des organisch-biologischen Landbaus hergestellt und entspricht grundsätzlich Bioland-Richtlinien.

Artikel mit * nach Biokreis-Richtlinien hergestellt. Artikel mit ** nach EU-ÖKO-VO hergestellt.

KrSpk Lauenburg Ratzeburg · BIC NOLADE21RZB · IBAN DE14 2305 2750 0086 0330 32

Code-Nr. ABCERT AG DE-ÖKO-006 · Betriebskontrollnummer D-SH-006-11213-B

Inhaber: Katharina Schröder GmbH · Steuer-Nr. 22 294 32093 · AG Ratzeburg HRB 1466 · UST-Id DE209992248

Geschäftsführer: Katharina Schröder · André Schröder



SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN

Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek
Fon 04151 / 868 21 25 · Fax 04151 / 868 21 29
info@bio-fleischer-laden.de · www.bio-fleischer-laden.de

SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN · Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek

Und so geht's:

1. In einer passenden Pfanne Zucker karamellisieren lassen. Kaum dass der Zucker anfängt, sich aufzulösen, die Walnüsse zugeben und unter kräftigem Rühren die Nüsse karamellisieren. Bitte darauf achten, dass sie nicht zu dunkel werden. Die karamellisierten Nüsse zum Abkühlen sofort auf einen leicht geölten Teller geben.
2. Einen großen Topf mit kräftig gesalzenem Wasser aufsetzen.
3. Sellerie schälen und mit dem Gemüsehobel in Julienne schneiden. Das sind schmale, längliche Stifte (siehe Foto).
4. Essig in das sprudelnd kochende Wasser geben und die Selleriestifte zugeben. Nach etwa 1 ½ Minuten den Sellerie durch ein feines Sieb abgießen, leicht mit kaltem Wasser abschrecken und vorsichtig auspressen.
5. Apfel waschen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und in gleich große Stifte wie den Sellerie hobeln.
6. In einer Schüssel Mayonnaise und saure Sahne glattrühren. Mit Salz, eventuell etwas Zucker, Zitrone und Pfeffer abschmecken. Die Sellerie- und Apfel-Stifte zugeben und sorgfältig vermischen.
7. Karamellierte Walnüsse in grobe Stücke zerbrechen oder hacken und den Selleriesalat damit kurz vor dem Servieren überstreuen.