Rezept

Roastbeef superzart

Ein Rezept von Roastbeef superzart, am 29.04.2024

Zutaten

1 kg	Roastbeef (Rinderlende)
4 Zweige	Thymian
	Salz
2 EL	Olivenöl
	1/2 Bio-Zitrone
1	1/2 EL scharfer Senf
	Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 250 kcal

Zubereitung

1. Das Roastbeef trockentupfen. Die Zitrone heiß waschen und die Schale fein abreiben. Den Thymian abbrausen und trockenschütteln, Blättchen abstreifen und mit Zitronenschale und Senf mischen. Roastbeef gründlich mit Salz und Pfeffer einreiben und mit der Senfmischung bestreichen.

2. Den Backofen auf 80 Grad (Ober- und Unterhitze nehmen!) vorheizen. Einen Bräter hineinstellen (in die Mitte).

3. Eine Pfanne auf dem Herd heiß werden lassen und das Olivenöl hineingießen. Das Roastbeef darin bei mittlerer Hitze von allen Seiten (auch den schmalen) kräftig anbraten, das dauert 8-10 Minuten. Dann das Fleisch in die Form im Ofen legen und etwa 4 Stunden garen.

4. Das Roastbeef kurz ruhen lassen, in Scheiben schneiden und in der warmen Form servieren. Dazu passen sehr gut Bratkartoffeln und ein bunt gemischter Salat, eventuell eine grüne Sauce, eine Remoulade oder auch eine Mischung aus frisch geriebenem Meerrettich, geraspeltem Apfel und cremiger saurer Sahne.