

Rezept

Rinderbraten mit Orangenaroma

Ein Rezept von Rinderbraten mit Orangenaroma, am 10.06.2025

Zutaten

1 Zwiebel

1 Stange Staudensellerie

1/2 l Orangensaft

Pfeffer

1/2 TL Ingwerpulver

150 g Kräuterfrischkäse

2 Knoblauchzehen

1,5 kg Rinderschmorbraten aus der Hüfte

Salz

2 EL Tomatenmark

2 EL Butter

1 Porzellanschüssel, nur wenig größer als das Fleischstück, zum Marinieren

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 8 PORTIONEN | Schwierigkeitsgrad leicht | Zeit Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | Pro Portion Ca. 370 kcal, 20 g F, 42 g EW, 6 g KH

Zubereitung

- 1. Zwiebel und Knoblauch schälen, würfeln. Sellerie waschen, putzen und samt Grün klein schneiden. Alles in die Schüssel geben.
- 2. Das Fleisch auf das Gemüse legen. Orangensaft mit 2 TL Salz, 1/2 TL Pfeffer, Tomatenmark und Ingwer mischen und darüber gießen. Abgedeckt über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen.
- 3. Fleisch herausheben, abtupfen, mit Salz und Pfeffer einreiben und in einem Schmortopf in der Butter rundum kräftig anbraten. Gemüse und Marinade zugeben. Zugedeckt bei kleiner Hitze 2 1/2-3 Std. schmoren.
- 4. Braten fest in Alufolie wickeln. Sauce im Topf mit dem Frischkäse pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Braten in 1 cm dicke Scheiben schneiden, mit der Sauce servieren.