

Rezept

# Steaks mit Zwiebel-Rotwein-Sauce

Ein Rezept von Steaks mit Zwiebel-Rotwein-Sauce, am 08.06.2023

## Zutaten

<b>1</b> weiße Zwiebel (ca. 150 g)	<b>1</b> Knoblauchzehe
<b>2 Scheiben</b> Rinderlende (à ca. 120 g)	Salz
Pfeffer	<b>2 EL</b> Olivenöl
<b>2 EL</b> Butter	<b>100 ml</b> trockener Rotwein
<b>100 ml</b> Gemüsebrühe	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 335 kcal

## Zubereitung

1. Den Backofen auf 80° vorheizen. Die Zwiebel schälen, längs halbieren und in feine Spalten schneiden. Den Knoblauch schälen und fein hacken.
2. Das Fleisch rundherum salzen und pfeffern. 1 EL Olivenöl in einer ofenfesten Pfanne erhitzen, das Fleisch darin von jeder Seite bei mittlerer Hitze 2-3 Min. anbraten. Die Pfanne in den Ofen (Mitte) stellen und das Fleisch 5-6 Min. garen.
3. Während das Fleisch gart, 1 EL Olivenöl und 1 EL Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze unter Rühren andünsten. Wein und Brühe angießen, alles kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und 4-5 Min. bei schwacher Hitze kochen. 1 EL kalte Butter mit dem Schneebesen unterschlagen.
4. Die Lendenscheiben aus dem Ofen nehmen, zur Zwiebelsauce geben und noch 2 Min. mitgaren.