

die Ebenrainköchin empfiehlt...

Rindfleisch an Kirschensauce



Monatsmenü Juli 2020 / 4 Personen

Fleisch		
2 EL	Bratbutter	erhitzen
500 g	Rindsgeschnetztes	anbraten
	Salz, Pfeffer	würzen, Pfanne vom Herd nehmen
Kirschensauce		
2 dl	Rotwein od. Traubensaft	
2 dl	Rindsfond oder Bouillon	
1	Rosmarinzweig	in einer zweiten Pfanne zusammen aufkochen, auf die Hälfte einreduzieren
2 EL	Maizena	
1 dl	Rindsfond oder Bouillon	in einer Tasse anrühren, zur Reduktion geben und aufkochen, 2-3 Min köcheln
150 g	Kirschen, entsteint	beifügen, mitkochen
15 g	Butter	unter Rühren begeben, Fleisch dazugeben und erwärmen, Sauce nicht mehr kochen
	Salz, Pfeffer	abschmecken

Dazu passt Reis und gedämpfte Kefen

Die Ebenrainköchin wünscht "en Guete"

ErnährungPlus
 mehr als essen und trinken