



## REZEPT DES MONATS November 2017

### Rindfleisch mit Zwiebelsoße

#### ZUBEREITUNG

1. Wasser mit Salz zum Kochen bringen, Fleisch hineinlegen und abschäumen.

Dann das Suppengemüse hinzugeben, etwa 90 Minuten leicht köcheln lassen.

2. Zwiebeln in Butter andünsten, mit Brühe ablöschen und etwa 20 Minuten kochen lassen. Mit angerührtem Mehl binden.

Kräftig mit den Gewürzen süßsauerlich abschmecken. Fleisch auf einer Platte anrichten und Soße dazu reichen.

Dazu schmecken Salzkartoffeln, Bohnensalat und ein kühles Bier.

#### ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN)

- 1 kg Rindfleisch (falsches Filet)
- 250 g Zwiebeln
- 40 g Bauernbutter
- 40 g Mehl
- 1 Esslöffel Salz
- $\frac{3}{8}$  l Brühe
- 1 Bund Suppengemüse
- Salz, Pfeffer
- Zucker, Essig, Senf



## REZEPT DES MONATS November 2017

### Wirsing-Auflauf

#### ZUBEREITUNG

1. Wirsing putzen, waschen und in Streifen schneiden. Zwiebel schälen und würfeln. Das Gemüse in der Fleischbrühe garen, mit Curry abschmecken.

2. Nudeln in Salzwasser bissfest garen. Backofen auf 200 °C vorheizen.

3. Mettwurst in Würfel schneiden, mit Nudeln und Wirsing vermischen. Das Ganze in eine gefettete Auflaufform füllen. Eier mit Sahne, Gewürzen und der Hälfte des Käses verquirlen. Über den Auflauf gießen und mit dem restlichen Käse bestreuen.

4. Im vorgeheizten Ofen auf der mittleren Schiene etwa 40 Minuten garen. Tomate in kleine Würfel schneiden und vor dem Servieren über dem Auflauf verteilen. Mit Schnittlauch bestreuen.

Dazu schmeckt ein kühles Bier.

#### ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN)

- 500 g Wirsing
- 1 Zwiebel
- $\frac{1}{8}$  l Instantbrühe
- 1 TL Currypulver
- 250 g Hörnchennudeln
- 300 g Mettwurst
- 4 Eier
- 250 ml Sahne
- 200 g geriebener Bergkäse
- 1 große Tomate
- 1 EL Schnittlauchröllchen