



Kalifornischer Rinderbraten mit Walnüssen



Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie: 513 kcal / 2146 kJ
Eiweiß: 46,6 g Fett: 30,7 g
Kohlenhydrate: 17 g

Zubereitungszeit:
ca. 90 Minuten

Zubereitung:

1. Rinderbraten mit Salz und Pfeffer einreiben. Zwiebeln pellen und vierteln. Öl in einem Schmortopf erhitzen. Rindfleisch darin von allen Seiten anbraten. Zwiebeln zufügen und mit anschmoren. Lorbeer, Thymian und Piment zufügen und den Rinderfond angießen. Aufkochen und das Fleisch zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 1 Stunde garen.
2. Fleisch aus dem Fond nehmen, Fond durchsieben und zurück in den Topf geben. Sahne angießen und den Balsamicoessig zufügen, aufkochen und den Soßenbinder einstreuen. Unter Rühren 1 Minute kochen lassen. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Hälfte der Cranberries in die Sauce geben. Walnüsse hacken und in einer beschichteten Pfanne kurz fettlos rösten. Walnüsse ebenfalls in die Sauce geben und die Sauce bei niedrigen Temperaturen warm halten. Fleisch zurück in die Sauce legen und darin ziehen lassen.
3. Birnen vierteln, schälen, entkernen und in Spalten schneiden. Birnen mit Rotwein in einem Topf ca. 5 Minuten dünsten. Die restlichen Cranberries zufügen und noch einige Minuten ziehen lassen. Anschließend die Birnen abtropfen lassen.
4. Fleisch in Scheiben schneiden und mit den Birnen anrichten. Etwas Sauce über die Birnen und den Braten geben und als Beilage Prinzessböhnchen und Salzkartoffeln reichen.

Zutaten für 4 Portionen :

800 g Rinderbraten
Salz
Pfeffer
2 Zwiebeln
2 EL Öl
1 Lorbeerblatt
1/2 Bund Thymian
4 Pimentkörner
400 ml Rinderfond
100 ml Kochsahne
2 EL Balsamicoessig
5 EL dunkler Soßenbinder*
30 g getrocknete Cranberries
40 g kalifornische Walnüsse
2 Anjou-Birnen
100 ml Rotwein

*kann je nach Hersteller Gluten enthalten