

Roastbeef mit Kräutern und Ofengemüse für 4-5 Portionen

Ein eher einfaches aber doch besonderes Bratengericht.

Die Schwierigkeit liegt wohl am genauen erwünschten Garpunkt, dies lässt sich am besten mit einem Bratenthermometer (für Kerntemperatur) bewältigen.

Das Gemüse wird einfach zusammen mit dem Fleisch im Ofen geschmort. Bei Bedarf können auch gleich (etwas vorgekochte) Erdäpfeln mitgeschmort werden.

Zutaten:

- 1 kg Roastbeef bzw. Beiried mit Fettabdeckung
- 2-3 junge Karotten **pro Person**
- 2-3 Zwiebeln oder 2 handvoll Flachzwiebeln (Cipolla)
- ca. ½ kg Erdäpfel am Vortag gekocht, evtl. geschält
- 3 Knoblauchzehen, ungeschält
- je 1 Zweiglein Rosmarin und Thymian, am besten frisch
- Salz, Pfeffer schwarz aus der Mühle, scharfer Senf (Dijonsenf), Raps- oder Sonnenblumenöl

Zubereitung:

Das Roastbeef kräftig mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen, mit Dijonsenf einreiben und bei Raumtemperatur etwas rasten lassen.

Den Ofen auf 180 °C vorheizen.

Die Erdäpfeln in Spalten schneiden, die jungen Karotten gut waschen und ganz lassen. Die Zwiebel schälen, achteln oder Flachzwiebeln ganz lassen. Alles zusammen mit den ungeschälten Knoblauchzehen und wenig Rosmarin sowie Thymian in eine große feuerfeste Bratenform geben.

Mit etwas Öl begießen, pfeffern, salzen und anschließend gut vermischen.

Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch von allen Seiten scharf und gut darin anbraten. Falls vorhanden, ein elektronisches bzw. mit dem Ofen verbundenes Fleischthermometer bis zur Fleischmitte hineinstecken und die Temperatur auf 60 °C (eher rot) - 65 °C (zart rosa, medium) einstellen bzw. bei einem einfachen Thermometer gegen Ende der Garung die Temperatur ablesen!

Das angebratene Roastbeef zwischen das Gemüse in die Mitte der Form setzen und etwa 1 ½ Stunden im Ofen garen oder eben so lange, bis die gewünschte Kerntemperatur erreicht ist.

Nach Geschmack und Gusto kann man es natürlich auch länger oder kürzer garen.

Nach dem Braten, das Roastbeef noch kurz auf einem Gitter mit etwas Alufolie zugedeckt rasten lassen, Gemüse abschmecken und anrichten.

Roastbeef mit einem scharfen Messer aufschneiden, neben Gemüse anrichten und servieren. Evtl. vorhandenen Gemüse- und Bratensaft abschmecken und leicht über das Fleisch verteilen.

Dazu schmeckt am besten ein Glas guter Rotwein oder auch ein Bier! Guten Appetit!