



Zwiebelrostbraten mit Rahmsauerkraut

und gebratenen Spätzle



20-30min



2 Personen

Heute gibt es deutsche Küche, wie wir sie lieben: zum köstlichen Zwiebelrostbraten ein cremiges Sauerkraut und in Butter gebratene Spätzle! Dabei geht es in der Küche auch noch ganz fix, bis es heißt: Ran an die Gabeln! Wer will da schon ins Restaurant gehen?

Was du von uns bekommst

- 2 Zwiebeln
- 250g Weinsauerkraut
- 1 Becher Crème fraîche ⁷
- 1 Päckchen Rinderbrühgewürz
- 1 Packung Rinderhüftsteak
- 25ml Sojasauce ^{1,6}
- 400g frische Spätzle ^{1,3}

Was du zu Hause benötigst

- 1EL Butter ⁷
- ½EL Weizenmehl ¹
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- große Pfanne
- mittelgroße Pfanne
- mittelgroßer Kochtopf
- Fleischklopfer
- Frischhaltefolie
- Messbecher

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Sojabohnen (6), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 927kcal, Fett 49.0g, Kohlenhydrate 68.4g, Eiweiß 44.6g



1. Zwiebeln schneiden

Die **Zwiebeln** schälen und in dünne Ringe schneiden.



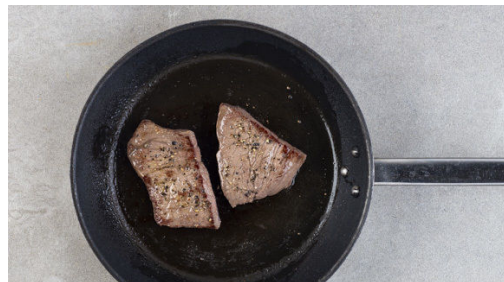
2. Sauerkraut zubereiten

Ca. **1/4 der Zwiebeln** in einem mittelgroßen Topf mit 1-2EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. glasig anbraten. Das **Sauerkraut**, die **Crème fraîche** und ca. **1/4 des Brühgewürzes** dazugeben und alles gut verrühren. Das **Sauerkraut** einmal aufkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bis zum Servieren warm halten.



3. Fleisch vorbereiten

Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen und zwischen Klarsichtfolie 1-2cm dünn plattieren. **Tipp:** Wer keinen Fleischklopfer hat, kann dafür auch eine schwere Pfanne verwenden. Das **Fleisch** anschließend in **2 gleich große Stücke** schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.



4. Fleisch braten

Das **Fleisch** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei starker Hitze auf jeder Seite 1-2Min. scharf anbraten. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.



5. Zwiebelsauce zubereiten

Die **restlichen Zwiebeln** in der Pfanne mit 1EL Öl bei mittlerer Hitze 5-6Min. goldbraun anbraten. Mit 1/2EL Mehl bestäuben und mit 200-250ml Wasser ablöschen, dann das **restliche Brühgewürz** unterrühren und die **Sauce** 3-4Min. bei mittlerer Hitze einköcheln lassen. Mit Pfeffer und **1-2TL Worcestershiresauce** abschmecken. Das **Fleisch** bis zum Servieren in der **Sauce** ziehen lassen.



6. Spätzle braten

Die **Spätzle** in einer großen Pfanne mit 1EL Butter bei mittlerer Hitze 3-4Min. anbraten. Den **Rostbraten** mit dem **Sauerkraut**, den **Spätzle** und der **Zwiebelsauce** anrichten und servieren.