

ORF



## Zwiebelrostbraten

Rezept von: Gasthaus Gsiberger

### Zutaten:

Beiried:

4 Stück Beiried à ca. 180–200 g  
Salz  
schwarzer Pfeffer, grob gemahlen  
1 EL Öl zum Anbraten

Fisolen:

600 g grüne Fisolen  
30 g Butter  
1 kleine Zwiebel (ca. 80 g), fein gehackt  
Salz  
grober schwarzer Pfeffer  
1 TL Bohnenkraut

Röstzwiebeln:

3 große Zwiebeln (ca. 300 g)  
500 ml Pflanzenöl zum Frittieren  
1 TL Paprikapulver edelsüß  
1 EL Mehl  
Salz

Bratensauce (Kochzeit ca. 36 Stunden):

## Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

3 kg Kalbsknochen  
300 g Zwiebeln  
200 g Karotten  
150 g Lauch  
150 g Selleriestangen  
200 g Tomaten  
2 EL Tomatenmark  
500 ml Rotwein  
ca. 3 l Gemüsesuppe oder Gemüsefond  
Salz  
schwarzer Pfeffer  
2 Lorbeerblätter  
8 Wacholderbeeren  
2 Zweige frischer Liebstöckel  
2 Zweige Rosmarin

Beilage:

600–800 g Kroketten

### **Zubereitung:**

Fisolen

In einer Pfanne die Butter erhitzen und die fein gehackten Zwiebeln darin glasig andünsten. Die Fisolen dazugeben, mit Salz, grobem Pfeffer und Bohnenkraut würzen und kurz anbraten.

Röstzwiebeln

Das Öl in einem Topf erhitzen. Die Zwiebeln in Ringe schneiden, mit Paprikapulver würzen und mit Mehl leicht bestauben. Die Zwiebelringe bei mittlerer Hitze goldgelb frittieren, anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen.

Beiried

Das Beiried mit Salz und Pfeffer würzen. Auf dem Grill oder in einer heißen Pfanne mit etwas Öl ca. 2 Minuten pro Seite anbraten, sodass es innen noch medium ist.

Die Bratensauce erwärmen, das Fleisch hineinlegen und kurz aufkochen lassen. Danach mit den Fisolen, Röstzwiebeln und Kroketten servieren.

Bratensauce

Die Kalbsknochen scharf anbraten. Zwiebeln, Karotten, Lauch, Sellerie und Tomaten dazugeben und ebenfalls kräftig anrösten. Mit Tomatenmark tomatisieren und mit Rotwein ablöschen.

## **Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“**

Mit Gemüsesuppe oder Gemüsefond auffüllen und langsam kochen lassen. Mit Salz, Pfeffer, Lorbeerblättern, Wacholderbeeren, Liebstöckel und Rosmarin würzen.

Die Sauce bei mittlerer Stufe ca. 36 Stunden langsam einkochen lassen. Danach durch ein Sieb passieren, nochmals abschmecken und fertigstellen.

### **Kroketten**

Die Kroketten frittieren oder nach Anleitung goldbraun zubereiten und als Beilage servieren.