

Roastbeef mit Gemüserösties und gemischtem Salat aus Brunnenkresse und Feldsalat

- ca. 500 g Rindfleisch am besten das Stück des Rinderrückens zwischen der letzten Rippe und der Keule
- 150 g Bärlauchpesto
- Öl zum anbraten

Für die Gemüserösties:

- 200 g Kartoffeln
- 2 Eßl Mehl
- 1 Stange Staudensellerie
- 1 Möhre
- 1 kleine Zwiebel
- ½ Tel. Bärlauch getrocknet
- 1 Tel. Salz
- Pfeffer
- 1 Ei
- Öl zum ausbacken

Für den Salat:

- 200 g Feldsalat
- 1 Bund Brunnenkresse
- 1 kleine Schalotte
- Petersilie, Dill, Schnittlauch
- 2 Tel. Kürbiskernöl
- ½ Tel. Zitronensaft
- 1 Tel. Honig
- 2 Eßl. Kräuteressig
- 2 Eßl. Saure Sahne



Roastbeef:

1. Das Rindfleisch von allen Seiten im heißen Öl kurz anbraten. Danach etwas abkühlen lassen
2. Das Fleisch mit Bärlauchpesto üppig von allen Seiten bestreichen und in eine flache Auflaufform geben.
3. Backofen (Ober- und Unterhitze) auf 90 Grad einstellen und das Roastbeef gute 4 Stunden darin gar ziehen lassen.

Die 500 Gramm sind für 2 Personen natürlich zu viel. Aber der Rest schmeckt am 2. Tag überaus köstlich z.B. mit Bratkartoffeln und der lange Garprozess lohnt sich für einen noch kleinere Menge wirklich nicht!

Gemüserösties:

1. Kartoffeln waschen, trocken tupfen und danach erst schälen. Mit der Reibe in ca 3 Millimeter dicke Stifte hobeln.
2. Staudensellerie, Möhre und Zwiebel sehr fein hacken und zu den Kartoffelstiften geben.
3. Ei, Gewürze und Mehl ebenfalls hinzugeben und mit einer Gabel gut vermengen.
4. Kartoffelteig im heißen Öl zu kleinen Rösties ausbacken.

Salat:

5. Schalotte fein hacken und mit den Gewürzen, Essig, Öl, Zitronensaft, Honig und saurer Sahne mit dem Schneebesen zu einer Salatsauce aufschlagen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Sauce unter den gewaschenen Salat heben und auf dem Teller anrichten.

Das Roastbeef

aus dem Backofen nehmen und in dünne Scheiben schneiden, gemeinsam mit den heißen Gemüserösties und dem Salat servieren.