

Saftiges R uberfleisch aus dem Ofen

Für 6 Portionen

1.5 kg Rinder-Filet	4 Knoblauchzehen, gehackt	2 Zwiebeln, gewürfelt
3 Karotten, St�cke	200 ml Gemüsebrühe	100 ml Rotwein
2 EL Pflanzenöl	2 TL Paprikapulver	1 TL Rosmarin
1 TL Thymian	Salz, Pfeffer	

Ofen auf 180 C vorheizen. Das Fleisch währenddessen gut abspülen und trocken tupfen. In einer Schüssel das Öl mit dem Paprikapulver, dem Rosmarin und Thymian vermengen. Dann das Fleisch darin gut einreiben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Zwiebeln, Karotten und den Knoblauch in eine Auflaufform geben.

Die Brühe und den Rot darüber gießen.

In einer großen Pfanne das Fleisch von allen Seiten anbraten, bis es eine goldbraune Kruste hat.

Das angebratene Fleisch auf das Gemüse legen und die Auflaufform mit Aluminiumfolie abdecken. Im vorgeheizten Ofen etwa 1,5 Stunden garen lassen.

Nach der Garzeit die Folie abnehmen und das Fleisch weitere 15 Minuten bräunen. Vor dem Servieren kurz ruhen lassen.

Tipps:

Leckere Beilagen sind frische Ofenkartoffeln, gemischter Salat oder knuspriges Brot.

NN am 06. Februar 2026