

- [1.: Impressum.](#) |
- [2.: Datenschutzerklärung.](#) |
- [3.: Kontakt.](#)

[www.Heimat-schmeckt.de](http://www.Heimat-schmeckt.de) / [Rezepte](#) / [Rindfleisch](#)

## Gerichte mit Rindfleisch

"Heimat schmeckt!" empfiehlt ...

### Pfeffertopf

in Zusammenarbeit mit der Ernährungsberatung RLP

#### Zutaten und Zubereitung

(für 6 Personen) 1 kg Bug 2 EL Rapsöl Salz, Pfeffer 1 kg Zwiebeln 2 Lorbeerblätter 2 Gewürznelken 2 Pimentkörner 2-3 schwarze Pfefferkörner 1 l Brühe 2 EL Zitronensaft 2 EL Semmelbrösel Pfeffer 1/8 l Bier

Das Fleisch in Würfel schneiden und in Rapsöl anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und das leicht angebratene Fleisch aus dem Topf nehmen. Zwiebeln in Ringe schneiden und in Öl glasig werden lassen. Dann das Fleisch wieder zufügen und die Gewürze hinein geben. Mit 1 l Brühe auffüllen und 90 min. garen lassen. Zitronensaft und Semmelbrösel hinzufügen und mit Pfeffer, Salz und Bier abschmecken.

#### Unser Tipp:

Reichen Sie dazu Kohlrabengemüse und Salzkartoffeln.

---

## Gekochtes Rindfleisch mit Spitzkohl

#### Zutaten und Zubereitung

1 kg Rindfleisch (Brust- oder Mittelbug) 1 l Wasser 4 Zwiebeln 1 Lorbeerblatt 2 Nelken 1 Bund Suppengrün 2 Möhren 5 Pfefferkörner 1 kg Spitzkohl 2 Esslöffel Schmalz 1 Becher Sahne 1 TL Stärke Pfeffer, Salz, Kümmel

Das Rindfleisch in 1 l Wasser aufsetzen. Dazu kommt eine grob zerkleinerte Zwiebel, das Lorbeerblatt, Nelken, Suppengrün, die grob zerkleinerten Möhren und 5 Pfefferkörner. Das

Rindfleisch ca. 1 Stunde kochen. Spitzkohl mundgerecht zerkleinern. Die restlichen Zwiebeln grob würfeln, Schmalz auslassen und die Zwiebeln darin dünsten. Den Kohl dazugeben und mit etwas Fleischbrühe ablöschen. Wenn der Spitzkohl gekocht ist mit Sahne, Stärke, Pfeffer, Salz und zerstoßenem Kümmel würzen und binden. Das Fleisch in Scheiben schneiden und zum Servieren auf dem Kohl anrichten.

---

## **Herbstliche Roulade**

**in Zusammenarbeit mit der Ernährungsberatung RLP**

### **Zutaten und Zubereitung**

4 Rouladen 2 Birnen 1/2 Zitrone 200 g Blauschimmelkäse 8 Mandelblättchen 6 cl Portwein 2 EL Rapsöl 1/2 Fleischbrühe 2 EL Stärkemehl Salz, Pfeffer

Birnen schälen, Kerngehäuse entfernen und in Spalten schneiden. Die Zitrone auspressen und die Birnen mit dem Saft beträufeln. Den Blauschimmelkäse durch ein Sieb streichen, die Mandelblättchen und 4 cl Portwein hinzufügen und die Masse verrühren. Rouladen nebeneinander auf ein Brett legen und mit der Käsemasse bestreichen. Das Fleisch mit den Birnen belegen, aufrollen und mit einer Rouladennadel verschließen. Rapsöl in einem Bräter heiß werden lassen und die Rouladen von allen Seiten anbraten. Mit 1/2 l Fleischbrühe ablöschen und 60 min. bei schwacher Hitze garen. Stärkemehl mit etwas Wasser anrühren und die Soße andicken. Mit Pfeffer, Salz und Portwein abschmecken. Im Dampfdrucktopf beträgt die Garzeit nur 20 Min.

---

## **Honig-Steaks**

### **Zutaten und Zubereitung**

4 Steaks 2 EL Öl 2 EL Honig Pfeffer, Salz Pfeffersauce Butter

Öl, Honig, Pfeffer, Salz und Pfeffersauce zu einer Marinade verrühren und die Steaks damit bestreichen. Butter auslassen und Steaks darin beidseitig braten.

---

## **Pikante Rolli's**

**in Zusammenarbeit mit der Ernährungsberatung RLP**

### **Zutaten und Zubereitung**

4 Rouladen 40 g Schnittlauch 3 EL Pinienkerne 4 EL Rapsöl 1 EL Balsamicoessig Salz, Pfeffer 15 g Parmesan 1 Möhre 4 Stäbe Saure Marinade: 1 EL Kreuzkümmel 4 - 5 Knoblauchzehen 1/2

TL Salz 1/2 TL Chiliflocken 200 ml Rotweinessig 3 EL Rapsöl Oregano, Petersilie, Schnittlauch

Die Rouladen auf ein Brett legen. Den Schnittlauch fein hacken, in den Mixer geben, Rapsöl und Balsamicoessig hinzugeben und mitpürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Parmesan unterrühren und damit die Rouladen bestreichen. Kreuzkümmel, gepresste Knoblauchzehen, Salz, Chiliflocken, den Rotweinessig und das Rapsöl in eine Schüssel geben. Die Kräuter fein schneiden und alles miteinander mischen. Die Möhre mit dem Sparschäler längs in Streifen schneiden und darauf geben. Die Rouladen quer halbieren, aufrollen und in 2 cm dicke Scheiben schneiden. Auf die Stäbe aufspießen und mit saurer Marinade bestreichen. In einer Schüssel einen Tag marinieren. Grillzeit 10 Minuten. Dazu passen pikante Soßen.

---

## **Rindfleischsuppe mit Markklößchen**

**in Zusammenarbeit mit der Ernährungsberatung RLP**

### **Zutaten und Zubereitung**

(für 4 Personen) Brühe: 500 g Rindfleischknochen oder 1 Beinscheibe 2 l Wasser 1 große Möhre 1/2 Stange Lauch 1/2 Knolle Sellerie 1 Zwiebel 1 kleiner Zweig Liebstöckel einige Wacholderbeeren Salz, Pfeffer, Muskat Markklößchen: Rindermark 40 g Brötchen 1/2 Ei Salz, Muskat Paniermehl Petersilie

Rindfleischknochen oder Beinscheibe mit dem gewaschenen und grob zerschnittenen Wurzelgemüse, dem Liebstöckel und Salz in kaltem Wasser aufsetzen und 2 Stunden köcheln lassen. Brühe abseihen und abschmecken. Rindermark im Topf schmelzen, absieben und auskühlen lassen. Die Masse gut schaumig rühren, die gut eingeweichte und ausgedrückte Brötchenhälfte, das Ei und das Paniermehl, Gewürze und die klein geschnittene Petersilie hinzufügen und mixen. Solange Paniermehl zugeben bis die Masse so fest ist, dass sie gut formbar bleibt. Mit nassen Händen gleich große Klöße formen. Diese in die kochende Brühe geben, 3 min. leise kochen und weitere 10 min gar ziehen lassen.

### **Unser Tipp:**

In den Klößchen kann das Mark durch Butter ersetzt werden!

---

## **Spargeleintopf mit Rindfleisch**

### **Zutaten und Zubereitung**

1 kg Suppenfleisch (Spann- oder Querrippe, Brust) Suppengemüse 1 kg Spargel 1 Möhre Pfeffer, Zucker und Salz 25 g gehackter Dill 4 Kartoffelklöße (halb und halb)

Das Fleisch abtupfen und mit grob geputztem Suppengemüse in kochendes Salzwasser geben. Möglichst im Schnellkochtopf garen. Das Fleisch aus der Brühe heben und diese durchsiehen. Spargel in ca. 4 cm große Stücke schneiden und die Möhre stiften. Beides in die Brühe geben

und 15 - 20 Minuten garen. Dann Pfeffer, Salz und Zucker hinzugeben. Den größten Teil des Dills kurz vor Ende der Garzeit zufügen. Die Kartoffelklöße separat garen. Zum Servieren das Rindfleisch in Scheiben schneiden und mit Klößen auf Tellern verteilen. Die Spargelsuppe zufügen und mit dem restlichen Dill bestreuen.

---

## **Zwiebelrostbraten "Hausmannsart"**

### **Zutaten und Zubereitung**

250 g Zwiebeln 40 g Bratfett (z.B. Biskin) 4 Scheiben Rumpsteak (à 200 g) Schwarzer Pfeffer, Salz 2 EL Mehl 1/2 Fleischbrühe

Die Zwiebeln schälen und in dünne Ringe schneiden. Das Bratfett in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebelringe darin 5 Minuten goldbraun braten. Warm stellen. Die Rumpsteaks mit Haushaltspapier trocken tupfen und den Fettrand einige Male kurz einschneiden. Das Fleisch rundherum mit frisch gemahlenem Pfeffer gut einreiben. Das Mehl auf einen Teller streuen und die Steaks darin wenden. In das heiße Bratfett geben und von jeder Seite 2-3 Minuten braten. Vorsichtig salzen. Die Fleischstücke warm stellen. Den Bratfond mit der Fleischbrühe loskochen und mit Salz und frisch gemahlenen Pfeffer würzen. Die Rumpsteaks auf vorgewärmten Teller anrichten, die Zwiebeln darüber geben und mit der Sauce übergießen. Als Beilage empfehlen wir Bratkartoffeln mit Majoran.

---