

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

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

# 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.

---