

# Rezept Roastbeef

Damit das Fleisch im Inneren schön saftig bleibt, wird es am Besten mit dieser Niedergarmethode zubereitet.

## Zutaten:

1,5 kg Roastbeef  
etwas Butter zum anbraten  
Pfeffer, Salz  
2 Bund Suppengemüse  
1 Zwiebel  
1/8 Liter Rotwein  
1/8 Liter Fleischbrühe  
Thymian  
Rosmarin

## Zubereitung:

Für die Zubereitung von Roastbeef benötigt man ein Bratthermometer, um die richtige Kerntemperatur zu erreichen. Ebenso lohnt es sich auf ein Backofenthermometer zurückzugreifen, um zu gewährleisten, dass wirklich eine konstante Temperatur von 80°C im Ofen herrscht.

Den Backofen auf 80°C (Ober-/Unterhitze) mit einem Gitterrost auf mittlerer Schiene vorheizen.

Die Butter in einer großen Pfanne erhitzen und das Roastbeef von beiden Seiten bei hoher Hitze ca. 20 min anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und auf das Gitter legen.

Unter das Fleisch ein Teller oder eine Auffangschale unter das Fleisch stellen, um das herunter tropfende Fett aufzufangen.

Das Roastbeef nun für ca. 3,5 bis 4 Stunden im Ofen garen lassen. Dabei öfter die Kerntemperatur überprüfen, diese sollte ungefähr 55 bis 57°C haben. Ist diese Temperatur im Inneren des Fleisches erreicht, ist das Roastbeef fertig, d.h. außen kross und innen schön rosig.

Das Suppengemüse für die Soße vorbereiten. Die Karotten waschen, schälen und klein würfeln, ebenso mit der Sellerie verfahren.

Den Lauch der Länge nach aufschneiden, unter fließendem Wasser gründlich abbrausen, trockentupfen und in Ringe schneiden.

In der Pfanne mit dem verbliebenen Bratenfett das Gemüse anbraten, mit dem Rotwein ablöschen und kurz aufkochen lassen. Anschließend die Fleischbrühe zugeben und mit den Gewürzen abschmecken.

Vor dem Servieren mit dem Roastbeef, die Hälfte der Soße pürieren und in die restlichen Soße in der Pfanne zurück gießen.

Erneut aufkochen lassen und eventuell erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zu Roastbeef passen Rosmarinkartoffeln und Bohnen.

[Zurück zu den Fleischrezepten](#)