

## Roastbeef mit Gartenerbsen und Yorkshire-Pudding

Rezept für 4 Personen

### Zutaten:

#### **Roastbeef**

- 1 kg Hochrippe, Lende oder Rindshuft, die Knochenenden sauber abgeschabt
- Salz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- Olivenöl
- 3 rote Zwiebeln halbiert
- 4 grosse Karotten, geschält und gevierteilt
- 3 Rosmarinzweige
- 4 Knoblauchzehen, geschält
- 2 daumengrosse Stücke frischer Ingwer, geschält und in Würfel geschnitten
- etwas Mehl
- ½ Flasche kräftiger Rotwein



#### **Yorkshire Pudding**

- 100 gr. Mehl
- ½ Teelöffel Salz
- alles gut verrühren
- Muskat
- 2 dl Milch
- 1 Ei
- Butterflöcklein darübergeben

### Zubereitung:

Den Backofen auf 230 Grad vorheizen und einen grossen Bräter auf dem Herd erhitzen. Das Fleisch grosszügig mit Salz einreiben und in ein wenig Olivenöl im Bräter auf allen Seiten ein paar Minuten lang anbräunen. Die Zwiebeln dazugeben, so dass sie unter dem Fleisch liegen und im vorgeheizten Ofen 90 Minuten braten. Nach 30 Minuten den Bräter aus dem Ofen nehmen und die Karotten und den Rosmarin dazugeben. Knoblauch und Ingwer mit einer Knoblauchpresse darüber verteilen. Den Bräter etwas schütteln und wieder in den Ofen schieben. Nach einer Stunde die Karotten herausnehmen, in eine Schüssel geben und warm halten, das Fleisch auf einen Teller legen, mit Alufolie abdecken und ruhen lassen.

Jetzt mit den Yorkshire-Puddings weitermachen. In die Pudding-Formen jeweils 1 cm Olivenöl einfüllen und vorwärmen. Nach zehn Minuten den Teig einfüllen. Etwa 30 Minuten knusprig backen – die Ofenklappe **n i c h t** vorher öffnen, da die Puddings sonst nicht aufgehen.

Den Grossteil des Fettes aus dem Bräter entfernen, so dass nur noch die karamellisierten Zwiebeln und der Bratensatz am Boden vorhanden sind. 1 Teelöffel Mehl dazugeben und alles miteinander vermischen. Den Bräter auf dem Herd erhitzen und den Rotwein dazugießen. Fünf bis zehn Minuten köcheln, dabei mehrfach umrühren, bis die Sauce an der Rückseite des Löffels haften bleibt. Den Bratensaft vom Beef dazugeben. Durch ein grobes Sieb streichen und in einer vorgewärmten Sauciere servieren.

Dazu gibt es Gartenerbsen aus dem Gefrierfach, damit es richtig englisch wird.

Den Yorkshire-Pudding kann man mit einer Meerrettichsauce servieren. Das Fleisch wird am Tisch tranchiert.