

Roastbeef mit Cassis-Jus – Fabios Festtagsmenü

als Beilagen passen Bratkartoffeln und Möhrengemüse

Das Roastbeef braten und anschließend im Ofen fertig garen. An Möhrengemüse eignen sich bunte Möhren, gelbe und orange Karotten, Salzkartoffeln oder Pellkartoffeln. Dazu macht Fabio für sein Festtagsmenü eine Cassis-Jus.

Roastbeef braten:

Das Roastbeef von den Sehnen befreien, damit sich das Fleisch beim Braten nicht zusammenzieht. Von der Fettschicht kann als Geschmacksträger ein bisschen am Fleisch bleiben. Das Fleisch von allen Seiten gut salzen und pfeffern.

Das Fleisch scharf von beiden Seiten 4 - 5 Minuten anbraten. Wir fangen mit der Hautseite an. Anschließend das Fleisch aus der Pfanne nehmen und rundherum mit Senf bestreichen.

Dann das Fleisch in einen Bräter geben und im vorgeheizten Ofen bei 150°C 25 Minuten fertig garen, wenn es medium werden soll. Wenn das Fleisch durchgaren soll, bleibt es für 35 Minuten im Ofen. Alternativ kann man zur Bestimmung des Garpunktes ein Fleischthermometer verwenden. Bei einer Kerntemperatur von 54°C ist das Fleisch „medium“. Bei 58°C ist das Fleisch „medium well“. Und bei 60°C Kerntemperatur ist das Fleisch durchgegart.

Während das Fleisch im Ofen ist, machen wir die Cassis-Jus. Dafür den Bratenansatz in der Pfanne mit etwas Butter lösen. Die Karotten, die Zwiebeln und den Sellerie dazugeben. Mit einem Teigschaber lässt sich der Bratenansatz gut lösen. Anschließend Tomatenmark, Lauch und Knoblauch dazugeben. Kurz anbraten.

Zum Schluss zum Andicken Mehl dazugeben. Alles mit Cassislikör und Rotwein ablöschen. Die Gewürze wie Lorbeerblätter, Sternanis und Wacholder dazugeben. Aufkochen lassen und anschließend köcheln lassen, bis das Fleisch fertig ist. Ganz am Ende die Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit etwas Wasser verdünnen.

Als Beilage passen Bratkartoffeln und ein Karotten-Mandel-Gemüse. Alles zusammen mit der Jus anrichten.

Fabios Koch-Tipps:

Tipp 1: In Alufolie ruhen lassen.

Tipp 2: Beim Metzger nach Knochen für die Jus fragen.



Zutaten für 4 Portionen:

1 kg	Roastbeef
	Salz und Pfeffer
n. B.	Senf, grober
n. B.	Öl

Für die Jus: (Cassis-Jus)

2 EL	Tomatenmark
1	Karotte(n)
½	Sellerie
1	Zwiebel(n)
2 EL	Butter
½ Stange/n	Porree
etwas	Cassis (Cassissee, Creme de Cassis, Likör)
	Pfeffer
150 ml	Wasser
200 ml	Rotwein
2 EL	Mehl
3	Lorbeerblätter
3	Wacholderbeere(n)
3	Nelke(n)
3	Sternanis

Rezept von: Chefkoch-Video

Arbeitszeit	ca. 40 Minuten
Koch-/Backzeit	ca. 35 Minuten

Gesamtzeit ca. 1 Stunde 15 Minuten

Schwierigkeitsgrad normal
