



Basler Lummelbraten

Zutaten für 4 Personen

- 800 g Rindslummel (Rindsfilet), gespickt mit feinen Speckstreifen
- Salz und Pfeffer
- 1 EL Öl
- 1 EL eingesottene Butter
- 1 besteckte Zwiebel
- 1 kleiner Lauchstengel
- 2 Karotten
- 1 Stk Sellerie
- 1 dl Weisswein
- 1 dl Fleischbrühe

Zubereitung

Das Fleisch mit Salz und Pfeffer einreiben, in eine offene Bratpfanne legen, das Gemüse und die Zwiebel dazugeben. Mit Öl und Butter, die zuvor zusammen erhitzt wurden, übergiessen.

Im 220 Grad heissen Ofen das Fleisch unter sehr häufigem Begiessen mit dem Bratfonds braten.

Nach etwa 15 Minuten das Fett abgiessen, den inzwischen entstandenen Bodensatz mit Weisswein und Fleischbrühe auflösen, den Braten weiterhin fleissig begiessen und in ungefähr zehn Minuten fertig braten. Das Fleisch soll innen noch rosa sein.

Den Bratfonds durch ein Sieb giessen, wenn nötig noch etwas nachwürzen und als Sauce über den in Tranchen geschnittenen Braten geben.

Tipps

- Zum Lummelbraten serviert man am besten Bratkartoffeln und Gemüse. Teigwaren oder Reis passen natürlich ebenfalls gut zu diesem herrlichen Fleischgericht.
- Lassen Sie das Rindsfilet vom Metzger spicken.