

Lust auf beef?

Natura-Beef-Geschnetzeltes süss-sauer

Es ist eines der Lieblingsgerichte der Familie von Manuela Barmettler. Dass sie gut und gerne kocht, hat sie bei der Landfrauenküche 2017 gezeigt. Wir freuen uns sehr, heute dieses Rezept zu präsentieren.



Mit dem Zucker und den Gewürzen in der Sauce kann man etwas spielen, je nach dem, ob man es lieber süsser oder herber mag. (Foto: Manuela Barmettler)

Zutaten für 4 Personen

- 500 g Geschnetzeltes vom Natura-Beef
- 1 EL Öl
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 EL Tomatenpüree
- 3 dl Bratensauce
- 1 rote Peperoni
- 3 EL Zucker (je nach Geschmack Menge reduzieren oder teilweise durch Honig ersetzen)
- 1 dl Balsamicoessig
- 1 Lorbeerblatt
- 3 Gewürznelken
- Salz, Pfeffer, evtl. Fleischgewürz (z.B. Taurus von Chalira)

Zubereitung

Die Zwiebeln würfeln. Die Knoblauchzehen zerkleinern. Beides in einer Bratpfanne in Öl andünsten. Das Geschnetzelte dazugeben und alles gut anbraten. Mit Salz und Pfeffer oder Fleischgewürz würzen.

Das Tomatenpüree hinzugeben, darunterheben und kurz rührbraten. Mit Bratensauce ablöschen, das Fleisch sollte mit Flüssigkeit bedeckt sein.

Peperoni würfeln und in die Sauce geben. Balsamicoessig und Zucker dazugeben, gut umrühren. Lorbeerblatt und Gewürznelken in die Sauce geben und das ganz ca. 90 Minuten auf niedriger Stufe zugedeckt köcheln lassen, gelegentlich umrühren.

Je nach Wunsch 15 Minuten vor dem Servieren einen Apfel oder eine Birne fein gewürfelt in die Sauce geben.

Mit gewünschter Beilage, zum Beispiel Wildreis, servieren und geniessen.

Quelle Rezept: Manuela Barmettler, [HOF BARMETTLER](#)