

# Rindslungenbraten a la Kratky



Rezept für 4 Portionen  
Dauer: ca. 60 Minuten

## Zutaten:

| Zutat   | Menge               |
|---|---------------------|
| Gewürznelken                                    | Etwas / nach Bedarf |
| Zitronen  | 1 Stk.              |
| Rindslungenbraten / Rinderlungenbraten          | 600 g               |
| Cognac  | Etwas / nach Bedarf |
| Speiseöl / Öl                                   | Etwas / nach Bedarf |
| Muskatnuss / Muskatnuß / Muskatnuß / Muskatnuss | Etwas / nach Bedarf |
| Schlagobers / Rahm / Schlagsahne                | 1 Dose(n) / Becher  |
| Cremafraiche                                    | 1 Dose(n) / Becher  |
| Schwarzer Pfeffer                               | Etwas / nach Bedarf |
| Vollmeersalz                                    | Etwas / nach Bedarf |
| Zwiebeln  | 2 Stk.              |
| Champignons                                     | 250 g               |

## Zubereitung:

Den Rindslungenbraten in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen, in Olivenöl einlegen und etwas durchziehen lassen.  
In einer Pfanne mit Öl das Fleisch beidseitig anbraten. Fein geschnittene Zwiebel zugeben und mit braten.  
Sobald die Zwiebel braun werden, die fein geschnittenen Champignons zugeben und mit dünsten.  
Mit etwas Cognac aufgießen und flambieren.  
Obers, Creme fraiche und Zitronensaft zugießen, kurz köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken und solange einkochen lassen, bis die Sauce dickflüssig reduziert ist.

Für die Beilage Zwiebel mit Gewürznelken spicken. Reis mit der gespickten Zwiebel garen. Zum Schluss den Mais unter den Reis mengen sodass er warm wird. Fleisch mit Sauce auf Tellern anrichten. Mit Reis und Mais servieren.

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-1144-Rindslungenbraten-a-la-Kratky.html>  
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf [www.koch-idee.at](http://www.koch-idee.at)