

# RINDFLEISCH-EINTOPF MIT PFLAUMEN

4 Portionen

von Myriam

## ZUTATEN

600 g Rindfleisch (Schulter oder Wade)

2 EL Öl

2 Zwiebeln

2 Karotten

600 ml Rinderbrühe

400 g stückige Tomaten

2 EL frische Petersilie

12 Trockenpflaumen

Chilipulver

3 EL BBQ-Pepper-Rub

## ZUBEREITUNG

1. Den Backofen auf 170 Grad Ober-Unter-Hitze vorheizen.
2. Die Zwiebeln abziehen und würfeln, die Karotten schälen und in Scheiben schneiden.
2. Das **Rindfleisch** kalt abbrausen und trocken tupfen, anschließend in grobe Würfel zerteilen.
3. Die **Fleisch**-Würfel mit ein wenig BBQ-Pepper-Rub würzen, das Öl in einem Bräter erhitzen und das **Fleisch** von allen Seiten scharf anbraten.
4. Das **Fleisch** aus dem Bräter nehmen und zur Seite stellen.
5. Dann die Karotten und die Zwiebeln mit etwas Rinderbrühe in den Bräter geben und 5 min. bei mittlerer Temperatur köcheln lassen.
6. Anschließend die Tomaten unterrühren und die Temperatur hochfahren, bevor das **Fleisch** mit der Hälfte der Petersilie, der restlichen Brühe und ein wenig Chilipulver zurück in den Bräter gegeben wird.
7. Den Deckel schließen und den Eintopf für 45 min. in den Ofen schieben.
8. Nun die Trockenpflaumen hinzufügen und weitere 45 min. schmoren lassen.
9. Vor dem Servieren mit der restlichen Petersilie bestreuen.

GUTEN APPETIT!



FAMILIENMETZGEREI  
**hausner**

NATÜRLICH OBERPFALZ!

