

Roastbeef mit Senf-Kräuter Marinade

Zutaten für 6 Portionen:

1,3 kg Roastbeef
3 TL Senf, mittelscharf
5 EL Olivenöl
½ TL Majoran
½ TL Thymian
Salz, Pfeffer
2 Zehen Knoblauch
Fett (zum Braten)

Zubereitung:

Das Roastbeef mindestens 2 Stunden vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen. Den Backofen auf 80°C vorheizen, am besten ein Ofenthermometer dafür benutzen.

Für die Marinade den Senf mit Olivenöl, Majoran, Thymian, Salz und Pfeffer gut vermischen. Das Roastbeef gut trocken tupfen und von allen Seiten in einer Pfanne scharf anbraten. Wenn alle Seiten schön gebräunt sind, das Fleisch aus der Pfanne nehmen und ca. 10 Minuten offen ruhen lassen. Dann das Fleisch in eine flache Auflaufform geben, mit einem Pinsel überall die Marinade aufbringen und dann den Braten im Ofen bei 80°C ca. 2,5 Stunden ziehen lassen.

Dabei das Fleisch alle 30 Minuten mit kleinen Mengen der Marinade bepinseln. Vor dem letzten Mal den Knoblauch durch eine Presse in die Marinade drücken, gut durchrühren und dann auf das Fleisch pinseln. Zum Schluss das Roastbeef aus dem Ofen nehmen und noch 10 Minuten in Alufolie ruhen lassen.

Dazu passen Rosmarinkartoffeln und grüne Bohnen.

Guten Appetit!

