

Fleischvögel



Zutaten

Für die Fleischvögel

- 4 dünne Rindsplätzli für Fleischvögel geschnitten (beim Metzger so verlangen)
- 12 Specktranchen
- 1 grosse gehackte Zwiebeln
- 8 Streifen Brot mit Rinde
- Senf
- Mehl

Für die Sauce

- 4 Rüebli
- 4 Tomaten – (entspricht 1 Dose geschälte Tomate à 400g)
- 1 Zwiebel
- 1/4 Sellerie in Würfel geschnitten
- 2dl Rotwein
- 4dl Rindsboullion
- Rosmarinzwiege
- Kartoffelstärke (zum Verfeinern vor dem Servieren)

Zubereitung

- Rindssaftplätzli auslegen und mit Esslöffel glatt streichen und in die Breite ziehen
- Mit Salz, Aromat und Pfeffer würzen (nur eine Seite)
- Speck darauf legen
- 1/2 TL Senf darauf streichen
- Gehackte Zwiebeln darauf verteilen
- 2 Streifen Brot in die Mitte legen
- Plätzli einrollen und auf einem Teller im Mehl rollen
- Mit Metzgerschnur oder Zahnstocher fixieren
- Fleischvögel anbraten in Öl
- Gemüse dazugeben, etwas Paprika darüber streuen, mit ca. 1 dl Rotwein ablöschen und Bouillon dazu geben
- Fleischvögel ca. 1 1/2 Std. auf kleinem Feuer kochen lassen
- Am Schluss die Sauce mit Kartoffelstärke verdicken (In kleinem Glas zuerst 1 TL Kartoffelstärke verrühren in 2 Fingerbreit Wasser)

Zu Hause wurden die Fleischvögel entweder mit Kartoffelstock oder mit Teigwaren serviert.

