

NFZ-REZEPT

Vor- und
Zubereitung:
ca. 90 Minuten
für 6 Personen

Zutaten:

- 50 g Champignons
- 250 g Creme fraîche
- 2 Stk Knoblauchzehen
- Etwas Öl
- 2 EL Kochfett/Kokosfett
- 1 EL Reismehl
(asiatische Läden)
- 800 g Rindfleisch
- 1 Prise Salz
- 1 Prise schwarzer Pfeffer
- 1,5 EL Senf
- 2 EL Terriyaki Sauce
(asiatische Läden)
- 300 g Zwiebeln

Boeuf Stroganoff

Für das Boeuf Stroganoff das in Würfel geschnittene Fleisch für ca. 1 Stunde in der Terriyaki Sauce marinieren.

Danach das Fleisch salzen, pfeffern und mit Reismehl bestäuben. Öl in einer Pfanne erhitzen, Fleisch darin gut anbraten und warm stellen.

Champignons putzen und in feine Scheiben schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein hacken.

Bratfett oder Kokosfett in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel mit Knoblauch darin andünsten. Pilze beigegeben und mit Salz, Pfeffer und Senf würzen.

Fleisch und Sauce zusammenfügen und mit Creme fraîche verfeinern.



En Guete wünscht die Neue Fricktaler Zeitung.



gebrüdermüller

Metzgerei & Partyservice



Swiss
Galloway Society

Gönn dir Freiland!



Weideschwein

Qualität aus der Region

Zürcherstrasse 31 | 4332 Stein | Tel. 062 873 00 13
Hauptstrasse 66 | 5027 Herznach | Tel. 062 867 94 94
www.muellerwurst.ch | Jeweils freitags am Buremärt in Sissach

Senden Sie uns Ihr bestes Rezept

Sie kochen gerne mit frischen Zutaten und möchten Ihr Lieblingsrezept mit anderen Menschen teilen? Dann sind Sie bei uns richtig. Schicken Sie uns Ihr Rezept mit einem Bild an redaktion@nfz.ch

NEUE FRICKTALER ZEITUNG



**FRICKTALER
MEDIEN AG**