



# Rosenkohl-Rindfleisch-Pfanne

- 600 g Rosenkohl\*
- Salz
- 1 EL frisch gehackte Petersilie
- 200 g Cocktailtomaten\*
- 1 Zwiebel\*
- 1 Knoblauch\*
- 600 g Rindfleisch z. B. Lende oder Hüfte
- 2 EL Pflanzenöl
- Pfeffer aus der Mühle

\*im Hoflädeli erhältlich

Rezept für 4 Portionen.

Die Tomaten waschen und halbieren. Die Zwiebel schälen und zusammen mit dem Knoblauch fein würfeln. Das Fleisch abbrausen und in Streifen schneiden.

Die Zwiebel mit dem Knoblauch in heissem Öl in einer großen Pfanne kurz anschwitzen. Das Fleisch dazu geben und 3-4 Minuten scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Rosenkohl ca. 15 Minuten in Bouillon oder im Steamer andämpfen.

Den Rosenkohl und die Tomaten unterschwenken, heiß werden lassen, abschmecken und servieren.