

Roastbeef mit Spargel-Tomaten-Gemüse



Schwierigkeitsgrad: leicht
Zubereitungszeit: 20 min
Garzeit: ca. 35 min

Für 4 Personen

Zutaten:

600 g Roastbeef, küchenfertig pariert
Salz
Pfeffer, aus der Mühle
3 EL Rapsöl
500 g grüner Spargel
2 Knoblauchzehen
350 g Kirschtomaten
1 Schuss trockener Weißwein
2-3 Stängel Petersilie

Zubereitung:

Den Ofen auf 160°C Unter- und Oberhitze vorheizen. Das Fleisch abbrausen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer heißen Pfanne in 2 EL Rapsöl rundherum braun anbraten. Auf dem Gitter im Ofen (Fettpfanne darunter) 25-30 Minuten gar ziehen lassen (je nach gewünschtem Gargrad oder Fleischdicke auch länger oder kürzer).

Den Spargel waschen, putzen, das untere Drittel schälen und die Stangen halbieren. In einer heißen Pfanne im restlichen Öl goldbraun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Tomaten waschen, putzen und halbieren. Den Knoblauch unter den Spargel schwenken, die Tomaten zugeben und mit dem Wein ablöschen. Zugedeckt ca. 5 Minuten gar dünsten. Die Petersilie abbrausen, trocken schütteln, abzupfen und fein hacken. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen, einige Minuten ruhen lassen, in dünne Scheiben schneiden, mit der Petersilie unter das Gemüse mengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.