

# Fernsicht Saftplätzli

Für 4 Personen:

**2 Rüebli**  
**0.5 Lauch**  
**1 kleiner Knoblauchzehe**

Rüebli in Rädli schneiden und vierteln.  
Lauch rüsten in feine Streifen schneiden.  
Knoblauch fein hacken.

**8-12 Saftplätzli (Natura-Beef)**  
**Salz, Pfeffer, Paprika mild**

Saftplätzli beidseitig mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen. In einer Bratpfanne beidseitig kurz anbraten, herausnehmen.

**2 EL Ketchup**  
**1 EL Aceto Balsamico (dunkel)**  
**1 EL Bratensauce (Nahrin)**  
**1 EL Rindsbouillon (Nahrin)**  
**1 Lorbeerblatt**  
**1 Zweig Rosmarin**

In der selben Pfanne Rüebli, Lauch und Knoblauch kurz andünsten, herausnehmen.

Im Schmortopf Saftplätzli und Gemüse abwechselnd aufeinanderlegen.

In der Bratpfanne 3-4 dl Wasser mit Bratensauce, Fleischbouillon und Ketchup aufkochen, Lorbeerblatt und Rosmarin dazugeben und in den Schmortopf über das Fleisch und Gemüse giessen. Alles muss gut bedeckt sein. Zugedeckt bei kleiner Stufe 1.5 Stunden schmoren.

Dazu passt:  
Kartoffelstock, Polenta oder Reis.

*„So werden die Saftplätzli ihrem Namen gerecht.“*

Rezept **Bauernhof Fernsicht**, Meierskappel  
geschrieben von Claudia Seeholzer

[www.bauernhof-fernsicht-meierskappel.ch](http://www.bauernhof-fernsicht-meierskappel.ch)