

Fleischvögel

(nach Opi's Art, für 4 Personen)

Zutaten: 4 grosse, dünne Pferdeplätzli
 Speck mit viel weissem Anteil
 1 Zwiebel in Ringe geschnitten
 1 kleine Zwiebel fein gehackt
 3 Karotten in Rollen geschnitten
 Senf
 Sternchenfaden
 2 dl Bouillon
 Salz, Pfeffer, Thymian, Rosmarinpulver

Zubereitung:

Die Plätzli ausbreiten, dünn klopfen und mit Senf bestreichen. Den Speck in feine Streifen schneiden und auf das Fleisch legen. Die Zwiebel in Ringe schneiden und auf dem Speck verteilen. Das Fleisch aufrollen und mit Sternchenfaden zubinden.

Die Fleischvögel rundum schön anbraten.

Fleisch aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Die gehackten Zwiebeln mit den Karotten im „Fleischfett“ anbraten bis die Karotten etwas Farbe erhalten. 2 dl Bouillon begeben. Das Fleisch wieder zugeben und ca. 1 Stunde auf kleinem Feuer zugedeckt köcheln lassen. Evtl. nachwürzen, wenig Thymian und Rosmarinpulver begeben.

dazu passt: Reis, Teigwaren, Polenta oder Kartoffelstock