

# Geshnetzeltes Rindfleisch Tessiner Art

100 g Speckwürfelchen oder -streifen

in erhitzte Bratpfanne geben, glasig braten, herausnehmen

1 kg geschnetzeltes Rindfleisch  
zum Schmoren, aus der Region

mit Haushaltspapier gut trocknen, portionenweise im  
Speckfett anbraten

4 EL Mehl

gegen Endes des Anbratens darüber stäuben

2 grosse Zwiebeln, gehackt  
1 Bund Petersilie, fein gehackt  
6 Salbeiblätter, fein geschnitten  
1 KL Thymian, getrocknet  
1 Knoblauchzehe, gepresst

alles zum Fleisch geben, kurz dünsten

½ KL Salz, Pfeffer  
1 Messerspitze Cayennepfeffer

---

## Variante

Rindfleisch durch Lammfleisch ersetzen **Geeignet für:** Fleisch

**Schwierigkeitsgrad:** mittlere Anforderung