

# Leckere Rindsvögel

Wer kann hier schon widerstehen? Dieses Rezept für leckere Rindsvögel stammt aus Vorarlberg und findet nicht nur dort große Zustimmung.

**Verfasser:** kochrezepte.at

**Arbeitszeit:** 40 min

**Koch/Backzeit:** 1,5 h

**Gesamtzeit:** 2,2 h



## Zutaten

### Für die Rindsschnitzel

4 Stk.	Rindsschnitzel
1 Prise	<a href="#">Salz</a>
1 Prise	<a href="#">Pfeffer</a>
2 EL	<a href="#">Senf</a>
4 Scheiben	<a href="#">Speck</a>
1 Stk.	<a href="#">Karotte</a>
4 Stk.	<a href="#">Essiggurken</a>
1 Schuss	Öl

### Für die Sauce

400 ml	Wasser (oder Suppe)
120 ml	Sauerrahm
1 EL	Mehl
150 g	<a href="#">Zwiebel</a>
Nach Belieben	<a href="#">Essiggurken</a>
1 Schuss	Öl
1 Prise	<a href="#">Salz</a>
1 Prise	<a href="#">Pfeffer</a>
1 TL	<a href="#">Senf</a>

## Zubereitung

1. Für leckere Rindsvögel zunächst die Rindsschnitzel zwischen zwei Stück Frischhaltefolie flach klopfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Senf bestreichen und mit jeweils einer Scheibe Speck belegen.
2. Karotte schälen und mit der Essigurke in kleine Stifte schneiden. Jedes Rindsschnitzel mit Gurke und Karotte belegen und leicht andrücken. Zu einer Roulade einrollen und mit einer Rouladennadel oder 1-2 Zahnstochern fixieren. Rundherum mit Mehl bestäuben.
3. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Rindsvögel darin von allen Seiten scharf anbraten. Dann aus der Pfanne nehmen und die Sauce zubereiten. Dazu die Zwiebeln schälen und in feine Ringe schneiden. Essigurken sehr klein hacken.
4. Noch einmal Öl in der Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin leicht anschwitzen. Mit Mehl bestäuben und mit Suppe oder Wasser ablöschen. Sorgfältig glattrühren, bis es keine Klümpchen mehr gibt. Rindsvögel und Essigurken dazugeben und alles mit geschlossenem Deckel ca. 90 Minuten schmoren lassen.
5. Anschließend die Rindsvögel aus der Sauce heben und in diese je nach Konsistenz Sauerrahm und/oder Mehl einrühren. Noch einmal aufkochen lassen und durch ein feines Sieb passieren. Mit Salz, Pfeffer und Senf abschmecken. Die Rindsvögel mit der Sauce anrichten und servieren.

## Tipp

Als Beilage für leckere Rindsvögel sind Salzkartoffeln oder Knödel zu empfehlen.