



### *Zubereitung von Straußenfleisch*

*Bratpfanne erhitzen, sie muss heiß sein*

*-wenig Fettigkeit Öl oder Butter hinzufügen*

*-das Fleisch heiß und im Ganzen ungewürzt ca.*

*2 min von Beiden Seiten scharf anbraten, damit sich Röstaromen bilden können*

*-Backofen mit Umluft bei 80°C vorheizen*

*-das Fleischstück in eine geschlossene Pfanne in den Backofen legen*

*-das Fleischstück sollte ca. 20 bis 25 min im Backofen bei Umluft in Ruhe durchziehen können*

*-danach das Fleischstück in Portionen schneiden die Konsistenz vom Fleisch sollte rosa sein*

*Zum Schluss erst würzen mit Salz und Pfeffer!*