

# Rinderhüftsteak mit Chimichurri & Kampot-Pfeffer

dazu Salat in Passionsfruchtdressing & gratinierte Kartoffeln

45 – 55 Minuten • 885 kcal • Tag 3 kochen



Rinderhüftsteak



mehlig. Kartoffeln



Passionsfrucht



Kampot-Pfeffer



Kirschtomaten



Gewürzmischung „Hello Patatas“



geriebener Hartkäse



Petersilie



Oregano



rote Chilischote



Knoblauchzehe



Salatmischung



Zitrone, gewachst



# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab und tupfe das Fleisch mit Küchenpapier trocken.

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Pfeffer\*, Salz\*, Öl\*, Zucker\*

## Kochutensilien

Aluminiumfolie, 1 Auflaufform, 1 Backblech mit Backpapier, 1 großen Topf, 1 große Pfanne, 2 große Schüsseln, 1 hohes Rührgefäß, 1 kleine Schüssel, 1 Knoblauchpresse, 1 Pürierstab, 1 Sieb und 1 Gemüsereibe

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Rinderhüftsteak	250 g	375 g	500 g
mehlig. Kartoffeln	600 g	1000 g	1200 g
Passionsfrucht <b>DE</b>	1	1	2
Kampot-Pfeffer	2 g	2 g	4 g
Kirschtomaten	125 g	250 g	250 g
Gewürzmischung „Hello Patatas“	4 g	6 g	8 g
geriebener Hartkäse <b>7) 8)</b>	40 g	60 g	80 g
Petersilie/Oregano	10 g	10 g	20 g
rote Chilischote <b>NL   ES   MA</b>	1	1	1
Knoblauchzehe <b>ES</b>	1	1	2
Salatmischung	50 g	75 g	100 g
Zitrone, gewachst <b>ZA   AR</b>	1	1	1

\*\*Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

## Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 680 g)
Brennwert	542 kJ/130 kcal	3702 kJ/885 kcal
Fett	7,27 g	49,59 g
– davon ges. Fettsäuren	1,36 g	9,28 g
Kohlenhydrate	9,90 g	67,56 g
– davon Zucker	2,19 g	14,93 g
Eiweiß	5,87 g	40,08 g
Salz	0,375 g	2,560 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

**Allergene:** **7)** Milch (einschließlich Laktose) **8)** Eier

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

**Ursprungsländer:** **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **MA:** Marokko **ZA:** Südafrika **AR:** Argentinien



## 1 Kleine Vorbereitung

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

In einen großen Topf ausreichend **Wasser\*** füllen, **salzen\*** und aufkochen lassen.

**Kartoffeln** schälen, halbieren und in dem kochenden **Wasser** ca. 10 Min. bissfest vorkochen.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



## 4 Rindersteaks braten

**Kampot-Pfeffer** fein hacken.

**Rindersteaks** von beiden Seiten **salzen\***.

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\*** erhitzen, **Steak** darin auf jeder Seite 3 – 4 Min. für rare, 4 – 5 Min. für medium und 5 – 6 Min. für well-done anbraten.

In der letzten Min. der Bratzeit **Steaks** nach Belieben mit **Kampot-Pfeffer** würzen.

**Steak** direkt nach dem **Braten** in Aluminiumfolie wickeln und mind. 10 Min., oder bis zum Anschneiden, ruhen lassen.

### Chilischote

Geh behutsam bei der Dosierung um, da unsere Chilischote im Schärfegrad variieren kann.



## 2 Für das Chimichurri

**Petersilien-** und **Oreganoblätter** zusammen fein hacken.

**Chilischote** halbieren, entkernen und fein hacken (**Achtung: scharf!**).

**Zitrone** heiß abwaschen und 1 TL [1,5 TL | 2 TL] der Schale fein abreiben. **Zitrone** vierteln.

In einer kleinen Schüssel gehackte **Kräuter**, **Chili**, **Saft** von 1 [1,5 | 2] **Zitronenspalte**, **Zitronenabrieb** und 4 EL [6 EL | 8 EL] **Öl\*** vermengen und mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken. **Chimichurri** beiseitestellen.



## 5 Für die Beilagen

**Kirschtomaten** in eine Auflaufform geben, **Knoblauch** dazu pressen. Alles mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\*** und einer Prise **Salz\*** vermengen und in den letzten 10 Min. im Ofen mitbacken.

Währenddessen **Passionsfrucht** halbieren und die Hälfte [drei Viertel | alles] vom Inneren in ein hohes Rührgefäß geben.

2 EL [3 EL | 4 EL] **Öl\***, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Zucker\*** und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Wasser\*** hinzufügen und mit einem Pürierstab durchmischen.



## 3 Kartoffeln backen

**Kartoffeln** nach der Kochzeit durch ein Sieb abgießen und kurz mit kaltem **Wasser** abschrecken, sodass diese nicht mehr kochend heiß sind.

**Kartoffeln** abtropfen lassen und in einer großen Schüssel zusammen mit **Hartkäse**, „Hello Patatas“ und einer Prise **Salz\*** vermengen.

**Kartoffeln** auf ein mit Backpapier belegtes Backblech verteilen und im vorgeheizten Ofen ca. 18 – 20 Min. goldbraun backen.



## 6 Rezept vollenden

**Dressing** durch ein Sieb in eine große Schüssel passieren und mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.

**Salat** mit dem **Dressing** in der großen Schüssel marinieren.

**Kartoffeln**, **Kirschtomaten** und **Salat** nebeneinander auf Tellern anrichten.

**Steak** in 1 cm Scheiben aufschneiden und dazu anrichten. **Chimichurri** dazu reichen und genießen.

**Guten Appetit!**