

Rinderhüftsteak mit Chimichurri & Kampot-Pfeffer

Salat in Passionsfrucht-Dressing & gratinierte Kartoffeln

45 – 55 Minuten • 932 kcal • Tag 3 kochen

31



Rinderhüftsteak



mehlig. Kartoffeln



Passionsfrucht



rote Kirschtomaten



Blattsalatmischung



Zitrone, gewachst



Knoblauchzehe



Oregano



Petersilie



rote Chilischote



Kampot-Pfeffer



Hartkäse ital. Art, gerieben



Gewürzmischung
„Hello Patatas“



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Los geht's

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

*Basiszutaten aus Deiner Küche

Salz*, Pfeffer*, Zucker*, Öl*, Wasser*

Kochutensilien

1 Aluminiumfolie, 1 Backblech mit Backpapier, 1 Auflaufform, 1 Knoblauchpresse, 1 Gemüseribe, 1 hohes Rührgefäß, 1 Pürierstab und 2 große Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Rinderhüftsteak	250 g	375 g	500 g
mehlig. Kartoffeln	600 g	1000 g	1200 g
Passionsfrucht CO	1	1	2
rote Kirschtomaten	125 g	250 g	250 g
Blattsaladmischung	50 g	75 g	100 g
Zitrone, gewachst ES ZA AR TR CL EG	1	1	1
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Oregano/Petersilie	10 g	10 g	20 g
rote Chilischote NL ES MA	1	1	1
Kampot-Pfeffer	2 g	2 g	4 g
Hartkäse ital. Art, gerieben 7) 8)	40 g	60 g	80 g
Gewürzmischung „Hello Patatas“	4 g	6 g	8 g

**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	571 kJ/136 kcal	3898 kJ/932 kcal
Fett	7,3 g	49,6 g
– davon ges. Fettsäuren	1,4 g	9,3 g
Kohlenhydrate	11,4 g	77,7 g
– davon Zucker	2,3 g	15,9 g
Eiweiß	6 g	40,7 g
Salz	0,49 g	3,35 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: **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **MA:** Marokko
ZA: Südafrika **AR:** Argentinien **TR:** Türkei **CL:** Chile **EG:** Ägypten
CO: Kolumbien



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.



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**, **Soft** von 1 [1,5 | 2] **Zitronenspalte**, **Zitronenabrieb** und 4 EL [6 EL | 8 EL] **Öl*** vermengen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken. **Chimichurri** beiseitestellen.



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.



4 Rindersteaks braten

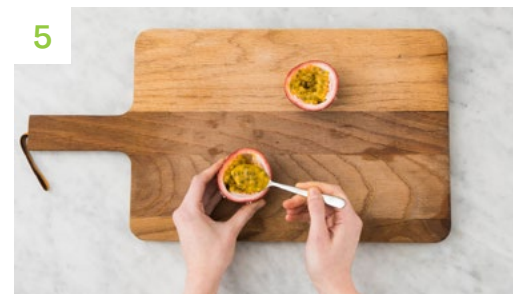
Kampot-Pfeffer fein hacken.

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.

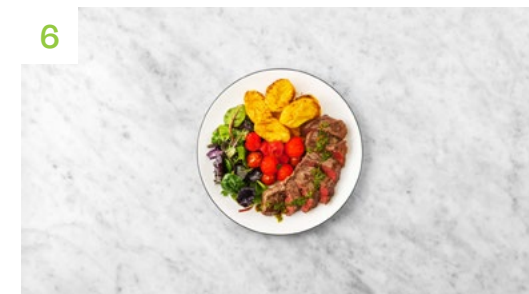


5 Für die Beilagen

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.



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!

Chilischote

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