

Rinderhüftsteak mit Chimichurri & Kampot-Pfeffer

dazu gratinierte Kartoffeln & Salat in Passionsfrucht-Dressing

45 – 55 Minuten • 918 kcal • Tag 3 kochen

11



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 Gemüsereibe, 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 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. 660 g) |
|-------------------------|-----------------|---------------------|
| Brennwert | 580 kJ/139 kcal | 3843 kJ/918 kcal |
| Fett | 7,5 g | 49,8 g |
| – davon ges. Fettsäuren | 1,4 g | 9,2 g |
| Kohlenhydrate | 11,4 g | 75,5 g |
| – davon Zucker | 2,2 g | 14,5 g |
| Eiweiß | 6 g | 39,9 g |
| Salz | 0,51 g | 3,36 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 **MA:** Marokko **ES:** Spanien **ZA:** Südafrika **AR:** Argentinien **EG:** Ägypten



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**, **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.



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

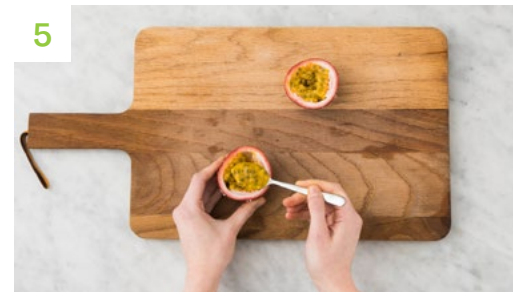
Kampot-Pfeffer fein hacken.

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.

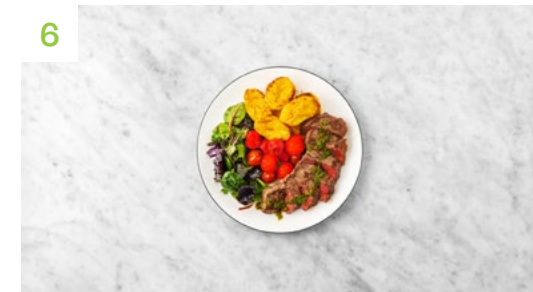


5 Für die Beilagen

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.