

Gnocchi mit extra Rindersteak & Bacon,

in cremiger Kirschtomaten-Babyspinat-Soße



EXTRA LECKERBISSEN







Frühlingszwiebel





Kirschtomaten







Babyspinat





Rinderhüftsteak

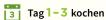


frische Gnocchi









Die perfekte Mischung für Deinen Teller: eine große Portion Proteine, eingerollt in knusprig-leckeren Bacon. Dazu eine cremig-frische Soße und jede Menge Gemüse dank Kirschtomaten, Babyspinat und Frühlingszwiebeln. Und das alles kombiniert mit Gnocchi, die sowieso als richtiges Soulfood durchgehen! Mit diesem HelloExtra-Gericht bleiben sicherlich keine Wünsche offen – wir wünschen Dir einen guten Appetit!



Wasche Gemüse, Kräuter und Fleisch ab und tupfe das Fleisch mit Küchenpapier trocken. Zum Kochen benötigst Du 1 große Pfanne, 1 Backblech mit Backpapier und 1 große Schüssel.



VORBEREITUNG Weißen Teil der Frühlingszwiebel in Ringe schneiden.

Grünen Teil der **Frühlingszwiebel** in Längsrichtung halbieren und in feine Streifen schneiden.

Blätter der **Petersilie** abzupfen und fein hacken. **Kirschtomaten** halbieren.

Bacon in ca. 1 cm breite Streifen schneiden.



GEMÜSE ZUFÜGEN
Hitze reduzieren,
Frühlingszwiebelstücke und
Tomatenhälften zum Bacon in die Pfanne
geben, leicht pfeffern* und ca. 2 Min.
weiterköcheln lassen.

Crème fraîche zugeben und alles gut vermischen.



2 GNOCCHI BRATEN
In einer großen Pfanne Öl* bei mittlerer
Hitze erwärmen, **Gnocchi** darin 8 – 9 Min.
anbraten, gelegentlich umrühren, bis sie
knusprig und leicht gebräunt sind.

Anschließend aus der Pfanne nehmen und in einer großen Schüssen beiseite stellen.



TLEISCH ANBRATENWährenddessen in der selben große
Pfanne ohne Fettzugabe bei mittlerer Hitze die **Baconstreifen** 5 – 6 Min. anbraten.

Parmesanstick grob reiben.



Steaks mit Salz* und Pfeffer* würzen.
Öl* in einer zweiten Pfanne erhitzen uns
Steaks je Seite 1 – 2 Min. (für rare), 2 – 3 Min.
(für medium) oder 3 – 4 Min. (für well done)
anbraten.Gebratene Gnocchi in die Soße
geben und 1/2 der gehackten Petersilie
vorsichtig unterrühren. Gnocchipfanne
1 – 2 Min. weiterköcheln lassen. Kurz vor dem
Anrichten portionsweise Babyspinat zufügen.
Alles einmal kurz durchschwenken, dabei
darauf achten, dass der Spinat nicht allzu
sehr zusammenfällt.



6 ANRICHTEN
Steak in Streifen schneiden.

Gnocchi mit Soße auf Teller verteilen, Steakstreifen darauf anrichten, geriebenen Parmesan, restliche Petersilie und grüne Frühlingszwiebelstreifen darüberstreuen und genießen.

Guten Appetit!

ZUTATEN

	2P	3P	4P
Frühlingszwiebel ™	1	1	2
Petersilie	20 g	20 g	20 g
Kirschtomaten	150 g	200 g	300 g
Bacon (Scheiben)	80 g	120 g	160 g
Babyspinat	50 g	75 g	100 g
frische Gnocchi 1)	400 g	600 g	800 g
Parmesansnack 5)	20 g	30 g ወ	40 g
Rinderhüftsteak	250 g	375 g	500 g
Crème fraîche 5)	150 g	300 g	300 g
Öl* für Schritt 2 und 5	je 1 EL	je1½EL	je 2 EL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

* Gut, im Haus zu haben.

(9) Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 600 g)
Brennwert	632 kJ/151 kcal	3.686 kJ/881 kcal
Fett	9 g	50 g
– davon ges. Fettsäuren	4 g	23 g
Kohlenhydrate	10 g	60 g
– davon Zucker	5 g	27 g
Eiweiß	8	46 g
Ballaststoffe	1 g	6 g
Salz	1 g	6 g

ALLERGENE

1) Glutenhaltiges Getreide 5) Milch

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

URSPRUNGSLÄNDER

IT: Italiei

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).







Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 **AT** +43 (0) 720 816 005

kundenservice@hellofresh.de kundenservice@hellofresh.at

2019 | KW 14 | 11

