



## Rindersteak an Zitronen-Dill-Sauce

mit gerösteten Schwarzwurzeln und Kartoffeln



ca. 40min



3-4 Personen

Das intensive, würzige und zugleich leicht nussige Aroma der Schwarzwurzel macht sie zu einer exzellenten Komplizin in Suppen, als gekochte Beilage oder im Salat. Heute wird sie zusammen mit Zwiebeln und Kartoffeln im Ofen geröstet und bildet das schmackhafte Pendant zum saftig gebratenen Flanksteak. Neben einem Spiegel kräuterig-zitroniger Sauce serviert, macht der ehrwürdige Winterspargel doch wirklich eine mondäne Figur!



- 3 Zwiebeln
- 2 Packungen mehligkochende Kartoffeln
- 2 unbehandelte Zitronen
- 2 Bund Schwarzwurzeln
- 2 Packungen Flanksteak
- 20g Dill

- 6EL Mayonnaise <sup>3</sup>
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- große Pfanne mit Deckel
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Sparschäler
- Küchenreibe
- Zitruspresse

Die Schwarzwurzeln werden in Zitronenwasser gegeben, um Verfärbungen zu verhindern.

Eier (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 878kcal, Fett 48.7g,  
Kohlenhydrate 70.3g, Eiweiß 37.8g



## 1. Gemüse vorbacken

A top-down view of a black frying pan on a light-colored surface. Inside the pan, a piece of meat is cooking in a pool of dark oil. The meat is browned and has a slightly irregular shape. The oil is dark and reflects light, with some small bubbles visible. The pan has a black handle extending to the right.

## 4. Fleisch braten

Verzichte auf gedruckte Rezepte - ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**



## 2. Schwarzwurzel vorbereiten

## 5. Sauce pürrieren

### 3. Schwarzwurzeln mitbacken

A photograph of a cooked beef tenderloin, sliced into several pieces, resting on a white cutting board. The meat is browned on the outside and pinkish-red on the inside, indicating it is cooked to medium-rare. The slices are arranged in a slightly overlapping row. The cutting board is placed on a grey surface.

## 6. Fleisch schneiden

Die **Sauce**, die **Kartoffeln**, die **Zwiebeln** mit der Schnittfläche nach oben und die **Schwarzwurzeln** auf Teller verteilen. Das **Fleisch** gegen die Faser in Tranchen schneiden und auf der **Sauce** anrichten. Mit der **übrigen Zitronenschale** und dem **restlichen Dill** garniert servieren.