



Steak Frites

mit Salat und Schnittlauchbutter

30-40Min. 3-4 Personen

Heute servierst du dir und deinen Lieben einen französischen Bistro-Klassiker! Es gibt saftiges Rinderhüftsteak mit einer feinen Schnittlauchbutter, dazu knusprige, selbst gemachte Pommes frites und einen knackigen Salat mit Senfdressing. Du wirst sehen: Die Pommes sind aus frischen Kartoffeln ganz schnell zubereitet – einmal probiert, möchtest du nie wieder zur Tiefkühlware greifen.

Was du von uns bekommst

- 3 Päckchen Butter⁷
- 10g frischer Schnittlauch
- 1 Päckchen mittelscharfer Senf¹⁰
- 1 Päckchen „Sieglindes Erdäpfelgewürz“
- 1,5kg mehligkochende Kartoffeln
- 1 Packung Romanasalat
- 1 Packung Rinderhüftsteak

Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Zucker

Küchenutensilien

- Backblech und Backpapier
- Backofen mit Umluft oder Ober-/Unterhitze
- große Pfanne
- Klarsichtfolie

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Kochtipp

Legt man Daumen und Ringfinger zusammen und drückt dann auf den Handballen, fühlt er sich an wie "medium-well", also ein zart-rosa gebratenes Steak.

Allergene

Milch (7), Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 690.0kcal, Fett 30.0g, Eiweiß 40.5g, Kohlenhydrate 60.1g



1. Pommes vorbereiten

Den Backofen auf 220°C Umluft (240°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Kartoffeln** ggf. schälen, in ca. 1cm dicke Scheiben und dann in Stifte schneiden.



2. Pommes backen

Die **Kartoffeln** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und mit 1-2EL Olivenöl beträufeln. Für ca. 20-25Min. im Ofen auf mittlerer Schiene goldbraun backen.



3. Schnittlauch schneiden

Inzwischen die **Butter** in eine Schüssel geben. Den **Schnittlauch** waschen und in feine Röllchen schneiden.



4. Butter zubereiten

Die **Butter** mithilfe einer Gabel mit dem **Schnittlauch** mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Schnittlauch-Butter-Masse** in Klarsichtfolie zu einer Rolle formen und ca. 10-15Min. in den Gefrier- oder Kühlschrank legen.



5. Steaks braten

Die **Steaks** in einer großen, ofenfeste Pfanne mit 1-2EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze von jeder Seite ca. 1-2Min. scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und in der Pfanne ca. 5-10Min. zu den **Pommes** in den Ofen geben. Je nach Dicke des **Fleisches** kann die Garzeit variieren.



6. Salat zubereiten

Die **Salatblätter** längs in Streifen schneiden. Den **Senf** mit je 2-3EL Olivenöl und Essig verrühren. Das **Dressing** mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken und mit dem **Salat** mischen. Die **Pommes** mit der **Gewürzmischung** vermengen. Die **Schnittlauchbutter** in Scheiben schneiden, auf die **Steaks** legen und die **Steaks** mit **Pommes** und **Salat** anrichten und serv...