



## V1: Würziges Rindersteak mit Tahinidip

dazu gebackenes Gemüse mit Haselnüssen



ca. 35min



3-4 Personen

Ein Gute-Laune-Essen sollte nicht nur beim Verputzen Spaß machen, sondern auch schon in der Küche beste Stimmung verbreiten. Zum Beispiel freut sich jeder Koch über eine überschaubare Menge Abwasch. Oder über ein Rezept, das ganz unkompliziert gelingt. Unser saftiges Rinderhüftsteak mit knackigen Haselnüssen schenkt dir all das. Serviert mit cremiger Tahinisaucе und buntem Wurzelgemüse ein Schmaus, der einfach glücklich macht.

- 1kg festkochende Kartoffeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Pastinaken
- 3 lila Karotten
- 2 gelbe Karotten
- 1 Päckchen Vadouvan-  
Gewürzmischung <sup>10</sup>
- 50g Tahini <sup>11</sup>
- 50g blanchierte Haselnusskerne  
<sup>15</sup>
- 2 Packungen Rinderhüftsteak

- 4EL Mayonnaise <sup>3</sup>
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- große Pfanne

## Allergene

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 834kcal, Fett 47.4g,  
Kohlenhydrate 56.8g, Eiweiß 40.6g



#### 4. Nüsse anrösten

## 2. Gemüse rösten

## 5. Fleisch braten

### 3. Dip anrühren

## 6. Fleisch schneiden

Das **Fleisch** gegen die Faser in Tranchen schneiden. Die **Kartoffeln**, das **Gemüse** und den **Tahinidip** auf Teller verteilen und mit dem **Fleisch** anrichten. Mit den **Nüssen** garnieren und servieren.