



Rindersteak an zweierlei Salaten

mit gegrillter Zucchini, Kartoffeln und Gurke



ca. 40min



2 Personen

Oh, là, là, heute hat sich unser saftig-zartes Rinderhüftsteak gleich zwei adrette Begleitungen angelacht: Auf der einen Seite glänzt ein rustikaler Kartoffelsalat mit gegrillter Zucchini im cremigen Dressing. Daneben macht der frische Gurkensalat auch eine super Figur. Jetzt muss man sich nur noch für sein Herzblatt entscheiden ...

- 1 Packung Babykartoffeln
- 1 Gurke
- 1 Päckchen nordafrikanische Gewürzmischung
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zucchini
- 1 Packung Rinderhüftsteak

- 2EL Mayonnaise ³
- 1TL Senf ¹⁰
- 1TL Honig
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Grillpfanne

Energie 673kcal, Fett 38.5g,
Kohlenhydrate 47.4g, Eiweiß 34.0g



1. Kartoffeln schneiden

A pile of cooked salmon and zucchini cubes on a white plate. The salmon is flaked and has a golden-brown, slightly charred exterior. The zucchini is cut into small cubes and also shows signs of being cooked, with some edges appearing slightly browned. The plate is set against a neutral, light-colored background.

4. Zucchini grillen



2. Gurkensalat zubereiten

A top-down view of a round, shallow metal bowl filled with a meal. The meal consists of several pieces of golden-brown fried chicken, a portion of bright yellow corn kernels, and a portion of green beans. The bowl is placed on a white rectangular surface, which is itself on a grey textured background.

5. Kartoffelsalat zubereiten

3. Kartoffeln backen

A top-down view of a black frying pan on a grey surface. Inside the pan, two pieces of meat are cooking, sizzling in oil. The meat is browned and has some fat visible. The pan has a silver handle extending to the right.

6. Fleisch braten

Das **Fleisch** in der Pfanne bei starker Hitze auf jeder Seite 2-3Min. braten, abhängig davon, ob es medium oder eher durchgebraten sein soll. Beim Wenden mit der **übrigen Gewürzmischung** bestreuen. Aus der Pfanne nehmen und bis zum Servieren auf einem Teller 3-5Min. abgedeckt ruhen lassen, dann in Tranchen schneiden und mit den **Salaten** servieren.