



Mediterrane Steakpfanne

mit Gemüse und Rosmarinkartoffeln



20-30Min.



3-4 Personen

Während im Ofen die Kartoffeln mit Rosmarin rösten, bereitest du die aromatische Gemüsepfanne aus Paprika, Zucchini, Tomaten, Oliven und frischen Kräutern vor. Dazu das zarte Rindersteak - fertig ist dein kulinarischer Feierabend-Hochgenuss!

- 2 Zucchini
- 500g festkochende Kartoffeln
- 2 gelbe Paprika
- 25g frischer Oregano, Rosmarin & Basilikum
- 1 Packung Oliven
- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Tomaten
- 1 Packung Rinderhüftsteak

- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

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

Kochtipp

Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Kalorien 523.0kcal, Fett 23.9g, Eiweiß 33.3g, Kohlenhydrate 39.0g



4. Fleisch vorbereiten

2. Gemüse schneiden

5. Fleisch braten

3. Paprika schneiden

6. Gemüse abschmecken

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**