



Low Carb V: Bio-Steak mit Balsamicoglasur

dazu Selleriepüree und Rote-Bete-Salat



ca. 25min



2 Personen

Ein Galadinner zu Hause? Das geht viel einfacher und schneller, als du dir vorstellen kannst. Mit der Komposition aus gebratenem Bio-Steak, einem harmonischen Kanon aus süß-sauer eingelegter Roter Bete, Apfel und gerösteten Haselnüssen, serviert mit cremigem Selleriepüree wirst du deinen Tafelgästen Lobeslieder in den höchsten Tönen entlocken! Und wenn du den geringen Abwasch siehst, stimmst du ganz erleichtert auch mit ein.

- 1 kleiner Knollensellerie ¹
- 500g Rote Bete, vorgegart
- 1 Apfel
- 25g blanchierte Haselnusskerne ₃
- 1 Packung Bio-Rinderhüftsteak
- 2 Päckchen Balsamicocreme ²

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- mittelgroße Pfanne
- Stabmixer
- Messbecher
- Sieb

Energie 561kcal, Fett 26.7g,
Kohlenhydrate 39.9g, Eiweiß 36.1g



4. Fleisch braten

2. Salat vorbereiten

5. Fleisch glasieren

3. Nüsse anrösten

6. Püree zubereiten

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. [📷](#) [📺](#) [📱](#) [#marleyspooning](#)