



Bio-Rindersteak mit feiner Zwiebelsauce

dazu Kartoffelgratin mit Thymian und Rosmarin



30-40min



2 Personen

Heute lassen sich Groß und Klein ein saftiges Bio-Rindersteak mit einer fein-würzigen Zwiebelsauce schmecken. Dazu gibt es einen Auflaufklassiker: cremiges Kartoffelgratin, bei dem jeder gerne auch ein zweites Mal zugreift. Lasst es euch schmecken!

- 1 Packung festkochende Kartoffeln
- 10g Rosmarin & Thymian
- 1 Knoblauchzehe
- 200ml Kochsahne ²
- 2 Zwiebeln
- 1 Packung Bio-Rinderhüftsteak
- 1 Päckchen Gemüsebrühgewürz

- 1EL Weizenmehl ¹
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

- Backofen und Auflaufform
- kleiner Topf
- mittelgroße Pfanne
- Sparschäler
- Messbecher

Allergene

Gluten (1), Milch (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 864kcal, Fett 55.0g,
Kohlenhydrate 51.6g, Eiweiß 38.1g



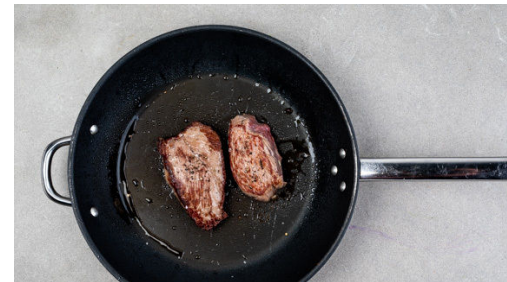
Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln** schälen und in ca. 0,5cm dünne Scheiben schneiden. Die **Thymianblätter** abstreifen und fein hacken. Die **Rosmarinnadeln** abzupfen und ebenfalls grob hacken. Den **Knoblauch** schälen und mit einem Messer flach zerdrücken.



Inzwischen die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden.



Die **Sahne** mit den **Kräutern** und dem **Knoblauch** in einem kleinen Topf bei mittlerer Hitze einmal aufkochen lassen, dann die Hitze reduzieren und die **Sahne** 4-5Min. sanft köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. **Tip:** Die **Sauce** sollte sehr intensiv, fast zu salzig schmecken.



Das **Fleisch** trocken tupfen und von beiden Seiten mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen. In einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze auf jeder Seite 1-2Min. scharf anbraten, dann auf einem Teller abgedeckt beiseitestellen und warm halten. Die Pfanne nicht auswaschen.



Die **Kartoffelscheiben** gleichmäßig in eine Auflaufform schichten, mit der **Sahnesauce** begießen und im Ofen in 25-30Min. goldbraun backen. **Tipp:** Das **Gratin** ist fertig, wenn man mit einem Spieß leicht durch die **Kartoffeln** stechen kann.



Die **Zwiebeln** in der Pfanne bei niedriger Hitze in 3-5Min. glasig anbraten. 1EL Mehl unterrühren, dann mit 1EL Essig und 100ml Wasser ablöschen und die **½ des Brühwürzes** einrühren. Die **Sauce** in 3-4Min. sämig einköcheln lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Steaks** in der **Sauce** auf jeder Seite 1-2Min. ziehen lassen, dann mit dem **Gratin** anrichten und servieren.