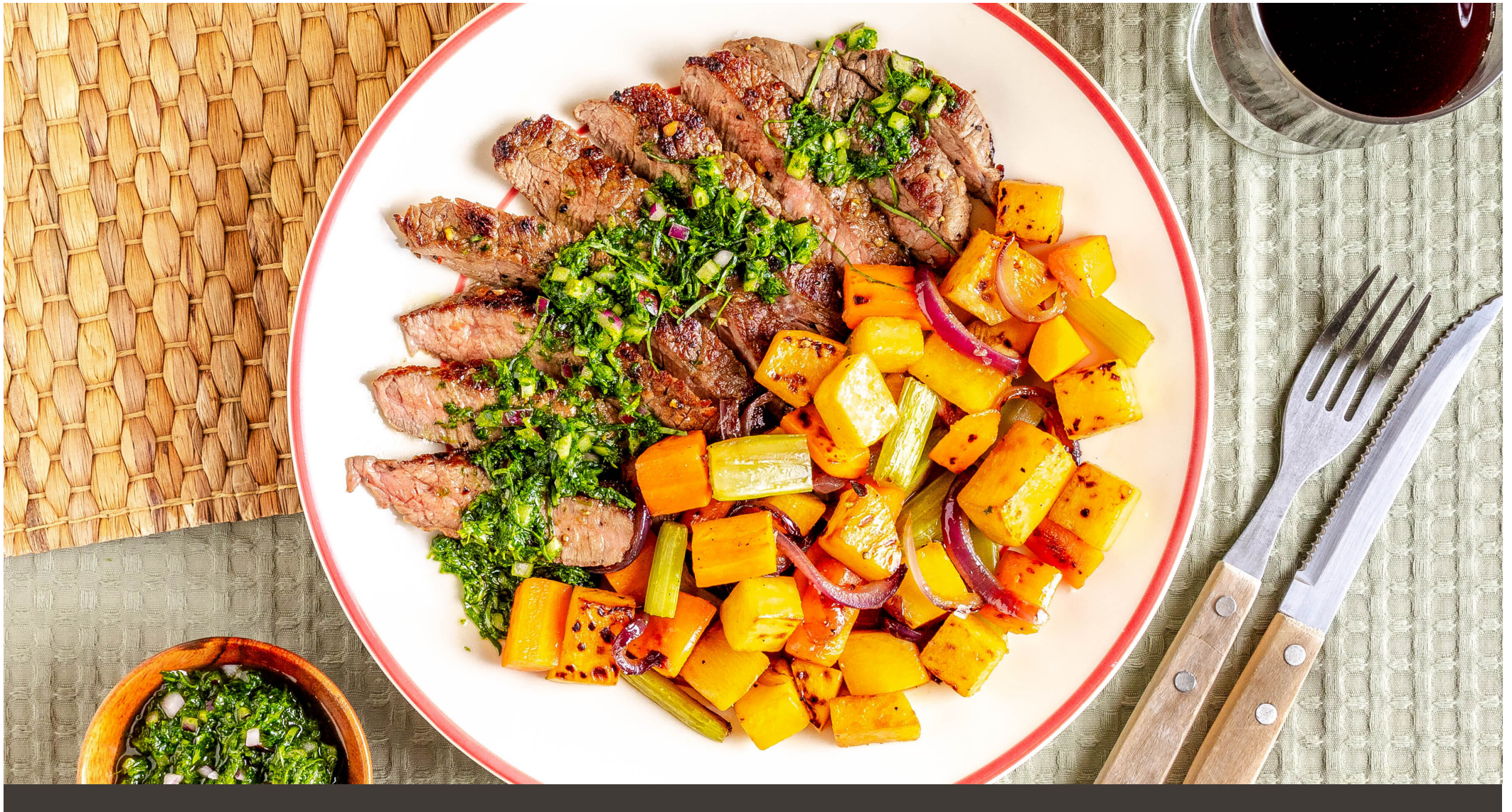




Rindersteak mit Chimichurri und buntem Rübgemüse



ca. 25min



3-4 Personen

Was gibt es Besseres als ein saftig gebratenes Rindersteak zu einem Teller mit knackig gegartem Gemüse? Hier sind es Speiserübe und Karotten die neben dem zarten Fleisch ihren großen Auftritt haben. Dazu gibt es selbst gemachtes Chimichurri aus fein gewürfelten roten Zwiebeln, Petersilie und Basilikum.

- 1 Speiserübe
- 3 Karotten
- 2 Stangensellerie ¹
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Packungen Rinderhüftsteak
- 40g Basilikum & Petersilie
- 1 Knoblauchzehe

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- große Pfanne
- Grillpfanne oder große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Sparschäler

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 442kcal, Fett 25.8g,
Kohlenhydrate 21.0g, Eiweiß 31.1g



1. Gemüse schneiden

4. Chimichurri vorbereiten

2. Gemüse braten

5. Chimichurri fertigstellen

3. Fleisch würzen



6. Fleisch braten

Das **Fleisch** in einer Grillpfanne oder normalen Pfanne bei starker Hitze auf jeder Seite 2-3Min. braten, abhängig davon, ob es medium oder eher durchgebraten sein soll. Aus der Pfanne nehmen und vor dem Schneiden einige Minuten auf einem Teller abgedeckt ruhen lassen. Zum Servieren in Tranchen schneiden und mit dem **Gemüse** und dem **Chimichurri** anrichten und servieren.