



## Zartes Rindersteak auf Tomatenrisotto

dazu Spinatsalat



30-40min



3-4 Personen

Das Risotto cremig, die Tomaten herrlich fruchtig und aromatisch dank frischem Thymian und Basilikum, das Rindfleisch zart gegart und serviert mit gehobeltem Käse. Dazu ein frischer Spinatsalat. Italienische Küche, wie wir sie lieben!



### Was du von uns bekommst

- 2 Dosen Tomatenmark
- 1 Päckchen Hühnerbrühwürz
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 300g Risottoreis
- 3 Tomaten
- 10g frisches Basilikum & Thymian
- 3 Stück Hartkäse<sup>7</sup>
- 1 Packung Rindersteak
- 1 Packung Babyspinat

### Was du zu Hause benötigst

- 2EL Butter<sup>7</sup>
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

### Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- 2 mittelgroße Töpfe
- große Pfanne
- Sparschäler
- Messbecher
- Küchenreibe

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

### Allergene

Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 764kcal, Fett 34.1g, Kohlenhydrate 69.6g, Eiweiß 42.8g



#### 1. Brühe ansetzen

Den Backofen auf 160°C Umluft (180°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. In einem mittelgroßen Topf 1L Wasser mit **1 1/2 Dosen Tomatenmark** und dem **Brühwürz** aufkochen. Das **restliche Tomatenmark** wird für dieses Rezept nicht benötigt. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheibchen schneiden.



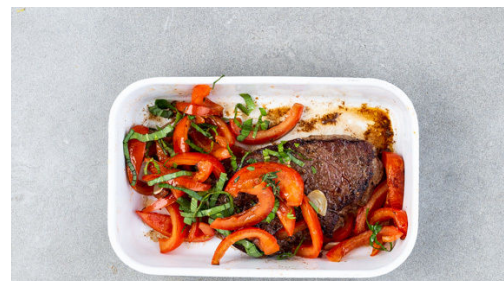
#### 4. Fleisch garen

Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze auf jeder Seite ca. 1Min. scharf anbraten. In eine Auflaufform geben.



#### 2. Risotto kochen

Die **Zwiebeln** und die **1/2 des Knoblauchs** in einem mittelgroßen Topf mit 2EL Butter bei mittlerer Hitze 1-2Min. farblos anbraten. Den **Reis** kurz mitrösten, dann nach und nach mit der heißen **Brühe** ablöschen und rühren, bis der **Reis** die Flüssigkeit aufgenommen hat und sämig ist, aber noch Biss hat. Das dauert 18-20Min. Das **Risotto** gut mit Salz und Pfeffer abschmecken.



#### 5. Tomaten garen

Die **Tomaten** und den **restlichen Knoblauch** in derselben Pfanne mit 1-2EL Olivenöl ca. 1Min. anbraten. Die **Kräuter** dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und alles über das **Fleisch** geben. Im Ofen 5-6Min. garen. **Tipp:** Die Garzeit kann je nach Dicke des **Fleisches** und gewünschtem Gargrad variieren. Das **Fleisch** bis zum Anschneiden ruhen lassen.



#### 3. Zutaten vorbereiten

Die **Tomaten** vierteln, entkernen und in Streifen schneiden. Die **Thymianblättchen** abstreifen. Die **Basilikumblätter** abzupfen und in feine Streifen schneiden. **2 Stücke Hartkäse** fein reiben, den **restlichen Hartkäse** mit einem Sparschäler in Flakes hobeln.



#### 6. Salat zubereiten

Den **Spinat** ggf. verlesen. Aus 1EL Olivenöl, 1-2TL Essig und Salz ein **Dressing** anrühren und mit dem **Spinat** vermengen. Den **geriebenen Käse** in das **Risotto** rühren. Das **Fleisch** in Tranchen schneiden und mit den **Tomaten** auf dem **Risotto** anrichten. Mit dem **gehobelten Käse** garnieren und mit dem **Spinatsalat** servieren.