



## Veggie-Steak mit Röstkartoffeln

und Petersilien-Senf-Butter, dazu Salat



30-40min



2 Portionen

Wunderbar würzig-knusprige Ofenkartoffeln und dazu ein saftiges veganes Steak, das mit einer feinen Petersilien-Senf-Butter und einem leichten Salat serviert wird – das schmeckt allen und ist dein kulinarisches Highlight des Tages!



## Was du von uns bekommst

- 1 Pck. festkochende Kartoffeln
- 1 Pck. Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 10g Petersilie
- 2 Pck. veganes Steak<sup>3</sup>
- 1 Pck. Romanasalat

## Was du zu Hause benötigst

- 3EL Butter<sup>1</sup>
- 1½EL körniger Senf<sup>2</sup>
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße Pfanne
- Frischhaltefolie

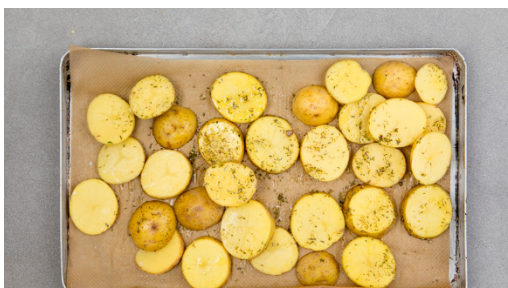
Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

### Allergene

Milch (1), Senf (2), Sojabohnen (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 729kcal, Fett 45.4g, Kohlenhydrate 43.1g, Eiweiß 35.2g



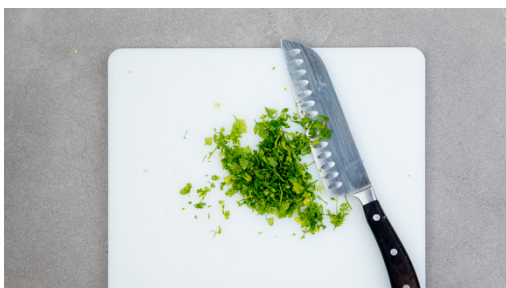
### 1. Röstkartoffeln zubereiten

Ca. 3EL Butter bei Raumtemperatur weich werden lassen. Den Backofen auf 250°C (230°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln samt Schale** in ca. 1cm dünne Scheiben schneiden, mit 1EL Olivenöl und der **Gewürzmischung nach Geschmack** vermengen und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen. Im Ofen 15-20Min. knusprig rösten.



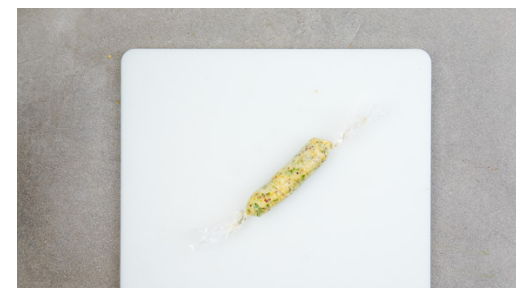
### 4. Steak zubereiten

Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen und in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze auf jeder Seite ca. 1Min. scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen, in eine kleine Auflaufform geben und 5-7Min. im Ofen weitergaren. Das **Fleisch** sollte in der Mitte noch rosa sein. Bis zum Servieren ruhen lassen.



### 2. Petersilie schneiden

Die **Petersilie samt Stängeln** fein schneiden.



### 3. Butter verfeinern

Die weiche Butter mit 1EL körnigem Senf und **⅔ der Petersilie** verkneten. Die **Petersilien-Senf-Butter** mit Salz würzen, auf Frischhaltefolie zu einer Rolle formen und in die Folie einwickeln. Die Enden gut eindrehen und die Butter bis zum Servieren wieder in den Kühlschrank geben.



### 5. Dressing anrühren

Den **Salat** in mundgerechte Stücke schneiden, dabei den Strunk entfernen. 1EL Olivenöl, 1EL Essig, ½EL körnigen Senf sowie je 1 kräftige Prise Salz und Pfeffer zu einem **Dressing** verrühren und mit dem **Salat** vermengen.



### 6. Anrichten und servieren

Jedes **Steak** mit **1-2TL Petersilien-Senf-Butter** belegen. Die **Steaks** mit den **Röstkartoffeln** und dem **Salat** anrichten und mit der \_\_restlichen Petersilie garniert servieren.