



## RS Veganes Steak mit cremiger Burrata

an Kartoffelpüree und gebackenem Rosenkohl



ca. 45min



4 Portionen

Für das heutige Festmahl gibt es eine Delikatesse der Extraklasse: Zartes Rinderhüftsteak macht es sich hier auf Kartoffelpüree gemütlich und wird mit einer würzigen Sauce aus Pflaumen-Gewürz-Chutney verfeinert. Die cremige Burrata wird schick mit fruchtigen Cranberrys beträufelt, dazu gibt es Rosenkohl aus dem Ofen - und alles wird schön mit Haselnüssen garniert. Eine einfach himmlische Kombination!

## Was du von uns bekommst

- 1kg mehligkochende Kartoffeln
- 800g Rosenkohl
- 50g getrocknete Cranberrys
- 2 Pck. Burrata <sup>2</sup>
- 50g blanchierte Haselnusskerne <sup>6</sup>
- 4 Pck. veganes Steak <sup>4</sup>
- 2 Pck. Pflaumen-Gewürz-Chutney <sup>3</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- 200ml Milch <sup>2</sup>
- 4EL Butter <sup>2</sup>
- 1TL Weizenmehl <sup>1</sup>
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Balsamicoessig <sup>5</sup>

## Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Topf
- kleiner Topf
- große Pfanne
- Sparschälter
- Messbecher
- Kartoffelstampfer
- Sieb

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

## Allergene

Gluten (1), Milch (2), Senf (3), Sojabohnen (4), Schwefeldioxid und Sulphite (5), Schalenfrüchte (6). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 1000kcal Fett 50,6g



### 1. Püree zubereiten

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Die **Kartoffeln** schälen und je nach Größe halbieren oder vierteln. In das kochende Wasser geben und in 15-20Min. gar kochen. Dann in ein Sieb abgießen, zurück in den Topf geben und mit 200ml Milch und 2EL Butter cremig stampfen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



### 2. Rosenkohl backen

Den **Rosenkohl** halbieren und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 2EL Pflanzenöl und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer vermengen. Den **Rosenkohl** 15-20Min. im Ofen backen, bis die **Röschen** leicht braun werden und gar sind. Nach der Hälfte der Backzeit wenden.



### 3. Garnitur vorbereiten

Die **Cranberrys** in einem kleinen Topf mit 75ml Wasser, 2EL Balsamicoessig und 1EL Zucker bei mittlerer Hitze 6-8Min. köcheln lassen, bis die Flüssigkeit leicht eindickt. Die **Burrata** abtropfen lassen. Die **Haselnüsse** in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze ohne Fett in 2-3Min. goldbraun anrösten. Aus der Pfanne nehmen, abkühlen lassen und grob hacken.



### 4. Steaks braten

Die **veganen Steaks** trocken tupfen und in der Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze auf jeder Seite 2-3Min. bis zum gewünschten Gargrad braten. Aus der Pfanne nehmen und abgedeckt beiseitestellen. Die Pfanne wird weiterverwendet.



### 5. Sauce zubereiten

2EL Butter in die Pfanne geben und schmelzen lassen, dann 1TL Mehl einrühren und ca. 1Min. anschwitzen. Das **Chutney** und 100ml Wasser in die Pfanne geben und ca. 30Sek. köcheln lassen, dann vom Herd nehmen.



### 6. Anrichten und servieren

Die **Steaks** in Tranchen schneiden und mit der **Sauce**, dem **Püree** und dem **Rosenkohl** anrichten. Die **Burrata** halbieren und mit den **Cranberrys** garnieren. Nach Belieben mit den **Haselnüssen** garnieren und servieren.