



## Klassisches Rinderhüftsteak

mit Kartoffeln, Schmanddip und Salat



20-30min



4 Portionen

Köstliche Bistro-Küche, wie sie auch in Frankreich nicht besser zu kriegen ist: zum saftig-zarten Rind servierst du einen leckeren Schmanddip, feine Kartoffeln und einen knackig-frischen Salat. Bon appétit!

## Was du von uns bekommst

- 1kg festkochende Kartoffeln
- 2 Pck. Romanasalat
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Becher saure Sahne <sup>1</sup>
- 4 Bio-Rinderhüftsteaks
- 1 Pck. Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung

## Was du zu Hause benötigst

- 1EL Senf <sup>2</sup>
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- Backofen
- großer Kochtopf
- mittelgroße ofenfeste Pfanne

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

### Allergene

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

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 776kcal, Fett 49.8g, Kohlenhydrate 44.3g, Eiweiß 34.3g



### 1. Kartoffeln kochen

Den Backofen auf 160°C Umluft (180°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Kartoffeln** je nach Größe halbieren oder vierteln und in einem mittelgroßen Topf mit stark gesalzenem Wasser bedecken. Das Wasser zum Kochen bringen und die **Kartoffeln** 15-20Min. kochen, bis sie bissfest sind. In ein Sieb abgießen.



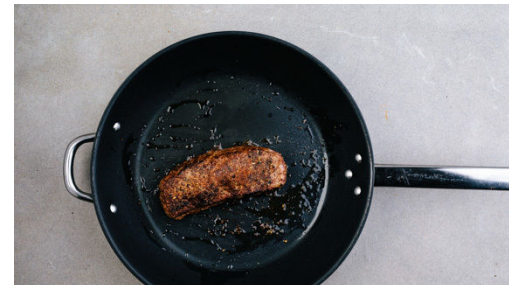
### 4. Fleisch würzen

Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen und mit der **Gewürzmischung nach Geschmack** rundum einreiben.



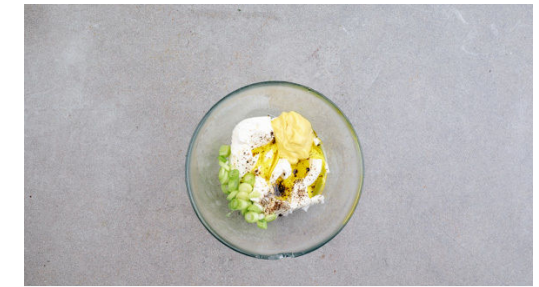
### 2. Gemüse schneiden

Inzwischen den **Salat** der Länge nach in grobe Streifen schneiden. Die **Lauchzwiebel** in sehr feine Ringe schneiden.



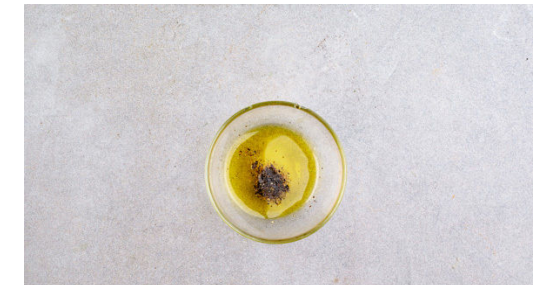
### 5. Fleisch braten

Das **Fleisch** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1-2EL Olivenöl bei starker Hitze auf jeder Seite ca. 1Min. scharf anbraten. Anschließend weitere 5-6Min. im Ofen garen, bis das **Fleisch** medium durch ist. **Tipp:** Wer keine ofenfeste Pfanne hat, kann das **Fleisch** nach dem Anbraten in eine Auflaufform geben.



### 3. Schmanddip mischen

Den **Schmand** mit dem **Senf**, 1-2TL Olivenöl sowie Salz und Pfeffer nach Geschmack glatt rühren und **2/3 der Lauchzwiebeln** untermischen.



### 6. Dressing anrühren

2EL Olivenöl, 1EL Essig, 1-2EL Wasser mit Salz, Pfeffer und Zucker nach Geschmack zu einem **Dressing** verrühren und vorsichtig mit dem **Salat** vermengen. Das **Fleisch** in Tranchen aufschneiden und mit den **Kartoffeln**, dem **Schmanddip** und dem **Salat** anrichten. Mit den **restlichen Lauchzwiebeln** garnieren und servieren.