



## Bio-Rindersteak mit feiner Zwiebelsauce

dazu Kartoffelgratin mit Thymian und Rosmarin



30-40min



2 Portionen

Heute lassen sich Groß und Klein ein saftiges Bio-Rindersteak mit einer fein-würzigen Zwiebelsauce schmecken. Dazu gibt es einen Auflaufklassiker: cremiges Kartoffelgratin, bei dem jeder gerne auch ein zweites Mal zugreift. Lasst es euch schmecken!



## Was du von uns bekommst

- 1 Pck. festkochende Kartoffeln
- 10g Rosmarin & Thymian
- 1 Knoblauchzehe
- 200ml Kochsahne<sup>2</sup>
- 2 Zwiebeln
- 2 Bio-Rinderhüftsteaks
- 1 Pck. Gemüsebrühgewürz

## Was du zu Hause benötigst

- 1EL Weizenmehl<sup>1</sup>
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- kleiner Topf
- mittelgroße Pfanne
- Sparschäler
- Messbecher

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

### Allergene

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

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 864kcal, Fett 55.0g, Kohlenhydrate 51.6g, Eiweiß 38.1g



1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln** schälen und in ca. 0,5cm dünne Scheiben schneiden. Die **Thymianblätter** abstreifen und fein hacken. Die **Rosmarinnadeln** abzupfen und ebenfalls grob hacken. Den **Knoblauch** schälen und mit einem Messer flach zerdrücken.



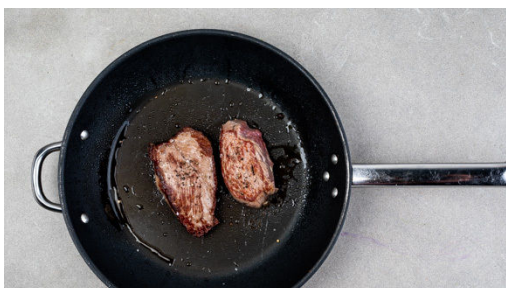
4. Zwiebeln schneiden

Inzwischen die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden.



2. Sahnesauce zubereiten

Die **Sahne** mit den **Kräutern** und dem **Knoblauch** in einem kleinen Topf bei mittlerer Hitze einmal aufkochen lassen, dann die Hitze reduzieren und die **Sahne** 4-5Min. sanft köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. **Tipp:** Die **Sauce** sollte sehr intensiv, fast zu salzig schmecken.



5. Fleisch anbraten

Das **Fleisch** trocken tupfen und von beiden Seiten mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen. In einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze auf jeder Seite 1-2Min. scharf anbraten, dann auf einem Teller abgedeckt beiseitestellen und warm halten. Die Pfanne nicht auswaschen.



3. Gratin backen

Die **Kartoffelscheiben** gleichmäßig in eine Auflaufform schichten, mit der **Sahnesauce** begießen und im Ofen in 25-30Min. goldbraun backen. **Tipp:** Das **Gratin** ist fertig, wenn man mit einem Spieß leicht durch die **Kartoffeln** stechen kann.



6. Sauce zubereiten

Die **Zwiebeln** in der Pfanne bei niedriger Hitze in 3-5Min. glasig anbraten. 1EL Mehl unterrühren, dann mit 1EL Essig und 100ml Wasser ablöschen und die **½ des Brühgewürzes** einrühren. Die **Sauce** in 3-4Min. sämig einköcheln lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Steaks** in der **Sauce** auf jeder Seite 1-2Min. ziehen lassen, dann mit dem **Gratin** anrichten und servieren.