

MARLEY SPOON



Gegrilltes Rindersteak mit Cajun-Butter

an Chimichurri-Kartoffelsalat mit Bohnen



30-40min



4 Portionen

Steak und Kartoffelsalat klingt nach Grillabend, aber nicht nach Luxus? Da können wir schnell etwas dran ändern: Der Kartoffelsalat präsentiert sich nicht mit schnöder Mayo, sondern mit aufregend aromatischem Chimichurri, einem Petersilienpesto aus Argentinien. Und das Rindersteak? Tja, das spricht eigentlich für sich – aber wir setzen ihm mit würziger Cajun-Butter trotzdem noch ein Krönchen auf. Einfach königlich!

Was du von uns bekommst

- 2 Pck. Babykartoffeln
- 500g grüne Bohnen
- 2 Schalotten
- 20g Petersilie
- 1 Pck. getrockneter Oregano
- 4 Rinderhüftsteaks
- 1 Pck. Cajun-Gewürzmischung
- 1 Knoblauchzehe

Was du zu Hause benötigst

- 4EL Butter ¹
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamicoessig ²

Küchenutensilien

- Grill oder Grillpfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- großer Topf
- Sieb

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

Allergene

Milch (1), Schwefeldioxid und Sulphite (2).
Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 644kcal, Fett 31.1g,
Kohlenhydrate 53.7g, Eiweiß 35.0g



1. Kartoffen & Bohnen kochen

Den Grill vorheizen. 4EL Butter aus dem Kühlschrank nehmen. In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Die **Kartoffeln samt Schale** in das kochende Wasser geben und ca. 5Min. garen. Die **Bohnen** in Stücke schneiden und die Enden entfernen, dann zu den **Kartoffeln** geben und beides weitere 10-15Min. kochen, bis das **Gemüse** gar ist. In ein Sieb abgießen.



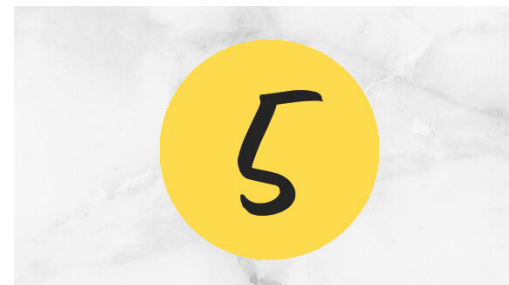
4. Kartoffelsalat anmachen

Das **Chimichurri** unter die **Kartoffeln** und die **grünen Bohnen** heben. Mit Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen, falls nötig mehr Olivenöl und Balsamicoessig zugeben.



2. Chimichurri pürieren

Die **Schalotten** schälen, halbieren und grob würfeln. Die **Petersilie samt Stängeln** grob zerreißen. 1 Knoblauchzehe schälen. Alles in ein hohes Gefäß geben und mit dem **Oregano**, 4EL Olivenöl und 3EL Balsamicoessig zu einem glatten **Chimichurri** pürieren (siehe auch Schritt 6). Mit ½TL Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen.



5. Fleisch grillen

Das **Fleisch** auf der heißen Seite des Grills (oder in einer Grillpfanne mit 1TL Olivenöl bei starker Hitze) von jeder Seite 3-4Min. grillen, bis es innen rosig gebraten ist, oder länger, wenn eine andere Garstufe gewünscht ist. Das **Fleisch** vom Grill nehmen und abgedeckt 5-10Min. ruhen lassen, dann mit dem **Kartoffelsalat** anrichten und mit der **Cajun-Butter** garniert servieren.



3. Fleisch vorbereiten

Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen und mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen. Die 4EL Butter aus Schritt 1 mit der **Gewürzmischung** verrühren.



6. Werkzeug-Tipp

Wenn du zuhause einen Mörser mit Stößel hast, kannst du das Chimichurri auch darin zubereiten – das gibt noch mal einen ganz anderen Aroma-Kick!