

MARLEY SPOON



Veggie-Steak frites mit Schnittlauchbutter

und Romana-Radieschen-Salat



ca. 30min



4 Portionen

Heute servierst du dir und deinen Lieben einen französischen Bistro-Klassiker! Es gibt veganes Steak von Planted mit einer feinen Schnittlauchbutter, dazu knusprige, selbst gemachte Pommes frites aus dem Ofen und einen knackigen Salat mit Radieschen. Du wirst sehen: Die Pommes aus frischen Kartoffeln sind ganz schnell zubereitet – einmal probiert, möchtest du nie wieder zur Tiefkühlware greifen.

Was du von uns bekommst

- 1kg mehligkochende Kartoffeln
- 10g Schnittlauch
- 4 Pck. veganes Steak³
- 2 Bund Radieschen
- 2 Pck. Romanasalat

Was du zu Hause benötigst

- 6EL Butter¹
- 1TL Senf²
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- große 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 824kcal, Fett 53.8g, Kohlenhydrate 52.5g, Eiweiß 28.0g



1. Kartoffeln schneiden

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln** ggf. schälen, in ca. 1cm dicke Scheiben und dann in pommestartige Stifte schneiden.



2. Pommes backen

Die **Kartoffeln** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 2EL Olivenöl vermengen, gleichmäßig verteilen und in 20-25Min. auf der mittleren Schiene goldbraun backen. Vor dem Servieren nach Geschmack mit Salz würzen.



3. Schnittlauch schneiden

Den **Schnittlauch** fein hacken.



4. Butter vorbereiten

6EL Butter in eine kleine Schüssel geben und den **Schnittlauch** mithilfe einer Gabel untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Schnittlauch-Butter-Masse** in Frischhaltefolie zu einer Rolle formen und diese für 10-15Min. in den Gefrier- oder Kühlschrank legen.



5. Steaks braten

Die **veganen Steaks** trocken tupfen und mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer einreiben. Die **veganen Steaks** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten 3-4Min. goldbraun braten. Aus der Pfanne nehmen und bis zum Servieren auf einem Teller abgedeckt ruhen lassen. Vor dem Servieren nach Belieben in Tranchen schneiden.



6. Salat zubereiten

Die **Radieschen** in dünne Scheiben, den **Salat** längs in feine Streifen schneiden. Aus 2EL Olivenöl, 2EL Essig, 1TL Senf und je 1 gute Prise Salz, Pfeffer und Zucker ein **Dressing** anrühren und die **Radieschen** und den **Salat** untermengen. Die **Steaks**, die **Pommes** und den **Salat** anrichten. Die **Schnittlauchbutter** in Scheiben schneiden, auf die **Steaks** legen und servieren.