

# MARLEY SPOON



## Bio-Rinderhüftsteak mit Brokkolini

mit Satay-Erdnussauce auf Hutspot



ca. 40min



2 Portionen

Lust auf etwas Neues? Wir haben im wahrsten Sinne des Wortes über den Tellerrand geschaut und präsentieren dir hier den niederländischen Klassiker Hutspot. Serviert mit einem saftigen Bio-Rinderhüftsteak, gebackenen Brokkolini und einer feinen Erdnussauce erfährt der deftige Stampf aus Kartoffeln, Karotten und Zwiebeln ein zeitgemäßes, überaus köstliches Upgrade. Eet smakelijk!

## Was du von uns bekommst

- 1 Pck. mehligkochende Kartoffeln
- 1 Karotte
- 2 Zwiebeln
- 1 Pck. Brokkolini
- 1 Pck. indonesische Gewürzmischung
- 1 unbehandelte Limette
- 1 Pck. Hühnerbrühwürz
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Bio-Rinderhütsteaks
- 1 Pck. Erdnussbutter<sup>2</sup>
- 25ml Tamari-Sojasauce<sup>3</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- 75ml Milch<sup>1</sup>
- 2EL Butter<sup>1</sup>
- 1EL Honig
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Topf mit Deckel
- mittelgroße Pfanne
- Sparschäler
- Messbecher
- Kartoffelstampfer
- Sieb

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

## Kochtipp

Wer das Fleisch lieber durchgebraten mag, verlängert die Bratzeit in Schritt 5 um 1-2 Minuten.



### 1. Gemüse kochen

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. In einem mittelgroßen Topf reichlich gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Die **Kartoffeln** schälen und in ca. 2cm große Würfel schneiden. Die **Karotte** ggf. schälen und in ca. 2cm breite Scheiben schneiden. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und grob würfeln. Das **Gemüse** in das kochende Wasser geben und in 20-25Min. gar kochen.



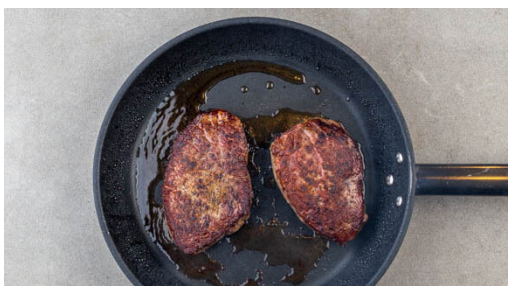
### 2. Gemüse stampfen

Das **Gemüse** in einem Sieb abtropfen lassen, zurück in den Topf geben und mit 50-75ml Milch, 1EL Butter und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer grob stampfen, dann abgedeckt bei niedrigster Hitze warm halten. Gelegentlich umrühren und ggf. esslöffelweise Wasser oder Milch hinzugeben, wenn der **Hutspot** zu trocken wird.



### 3. Brokkolini rösten

Die **Brokkolini** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1EL Pflanzenöl, der **½ der Gewürzmischung** und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer vermengen und im Ofen 8-12Min. rösten, bis die **Brokkolini** gar und leicht gebräunt sind. Inzwischen die **½ der Limettenschale** abreiben und **1 Limettenhälfte** auspressen. Die **½ des Brühwürzes** in 250ml heißem Wasser auflösen.



### 4. Fleisch braten

Den **ungeschälten Knoblauch** mit der Klinge eines breiten Messers zerdrücken. Das **Fleisch** trocken tupfen, mit der **restlichen Gewürzmischung** und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen und in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei starker Hitze auf jeder Seite ca. 2Min. braten.



### 5. Fleisch verfeinern

Die Pfanne vom Herd nehmen und die Hitze auf die niedrigste Stufe reduzieren. 1EL kalte Butter, den **Knoblauch** und die **Limettenschale** in die Pfanne geben und die Pfanne zurück auf den Herd stellen. Das **Fleisch** auf jeder Seite weitere 1-2Min. braten, dabei mit einem Löffel kontinuierlich Bratfett über das **Fleisch** träufeln. Bis zum Servieren abgedeckt auf einem Teller ruhen lassen.



### 6. Sauce zubereiten

Die **Erdnussbutter**, die **½ der Brühe**, die **Sojasauce**, 1EL Honig und 1TL Essig in die Pfanne geben und einmal aufkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und **Limettensaft** abschmecken und die Flüssigkeit bei niedrigster Hitze in ca. 2Min. sämig einköcheln lassen. Das **Fleisch** und die **Brokkolini** auf dem **Hutspot** anrichten, nach Belieben mit der **Sauce** garnieren und servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte - ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**  
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. [📷](#) [📱](#) [📺](#) [📺](#) [#marleyspooning](#)