



Zartes Rindersteak auf Tomatenrisotto

dazu Spinatsalat



30-40min



2 Personen

Das Risotto cremig, die Tomaten herrlich fruchtig und aromatisch dank frischem Thymian und Basilikum, das Rindfleisch zart gegart und serviert mit gehobeltem Käse. Dazu ein frischer Spinatsalat. Italienische Küche, wie wir sie lieben!

Was du von uns bekommst

- 1 Dose Tomatenmark
- 1 Päckchen Hühnerbrühgewürz
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 200g Risottoreis
- 2 Tomaten
- 10g Basilikum & Thymian
- 2 Stück italienischer Hartkäse ⁷
- 1 Packung Rinderhüftsteak
- 1 Packung Babyspinat

Was du zu Hause benötigst

- 1EL Butter ⁷
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- kleiner Topf
- mittelgroßer Topf
- mittelgroße Pfanne
- Sparschälter
- Messbecher
- Küchenreibe

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

Allergene

Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 884kcal, Fett 35.5g, Kohlenhydrate 96.5g, Eiweiß 45.9g



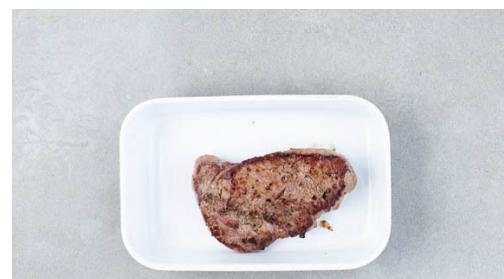
1. Brühe ansetzen

Den Backofen auf 180°C (160°C Umluft) vorheizen. In einem kleinen Topf 800ml Wasser mit dem **Tomatenmark** und dem **Brühgewürz** aufkochen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheibchen schneiden.



2. Risotto kochen

Die **Zwiebeln** und die **1/2 des Knoblauchs** in einem mittelgroßen Topf mit 2EL Butter bei mittlerer Hitze 1-2Min. farblos anbraten. Den **Reis** kurz mitrösten, dann nach und nach mit der heißen **Brühe** ablöschen und rühren, bis der **Reis** die Flüssigkeit aufgenommen hat und sämig ist, aber noch Biss hat. Das dauert 18-20Min. Das **Risotto** gut mit Salz und Pfeffer abschmecken.



4. Fleisch garen

Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze auf jeder Seite ca. 1Min. scharf anbraten. In eine Auflaufform geben.



5. Tomaten garen

Die **Tomaten** und den **restlichen Knoblauch** in derselben Pfanne mit 1EL Olivenöl ca. 1Min. anbraten. Die **Kräuter** dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und alles über das **Fleisch** geben. Im Ofen 5-6Min. garen. **Tipp:** Die Garzeit kann je nach Dicke des **Fleisches** und gewünschtem Gargrad variieren. Das **Fleisch** bis zum Anschneiden ruhen lassen.



3. Zutaten vorbereiten

Die **Tomaten** vierteln, entkernen und in Streifen schneiden. Die **Thymianblättchen** abstreifen. Die **Basilikumblätter** abzupfen und in feine Streifen schneiden. **1 Stück Hartkäse** fein reiben, den **restlichen Hartkäse** mit einem Sparschäler in Flakes hobeln.



6. Salat zubereiten

Den **Spinat** ggf. verlesen. Aus 1EL Olivenöl, 1-2TL Essig und Salz ein **Dressing** anrühren und mit dem **Spinat** vermengen. Den **geriebenen Käse** in das **Risotto** rühren. Das **Fleisch** in Tranchen schneiden und mit den **Tomaten** auf dem **Risotto** anrichten. Mit dem **gehobelten Käse** garnieren und mit dem **Spinatsalat** servieren.