



Veggie-Steak mit feiner Zwiebelsauce

dazu Kartoffelgratin mit Thymian und Rosmarin



30-40min



2 Portionen

Heute lassen sich Groß und Klein ein veganes Steak 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 Kochsahne²
- 2 Zwiebeln
- 2 Pck. veganes Steak³
- 1 Pck. Gemüsebrühgewürz

Was du zu Hause benötigst

- 1EL Weizenmehl¹
- 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

Enthält: **Gluten** (1), **Milch** (2), **Sojabohnen** (3).

Kann Spuren enthalten von: Senf

Detaillierte Informationen zu den Zutaten
marleyspoon.de

Nährwertangaben pro Portion

Energie 727kcal, Fett 40.2g,
Kohlenhydrate 56.9g, Eiweiß 28.9g



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.



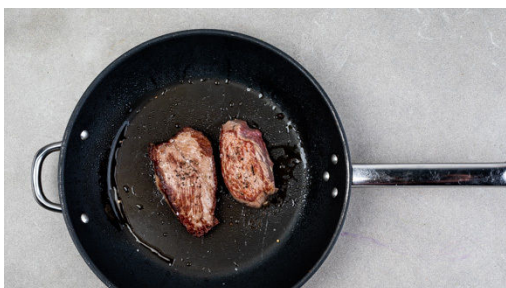
4. Zwiebeln schneiden

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. Steaks anbraten

Die **veganen Steaks** trocken tupfen und mit je 1 Prise Salz und Pfeffer einreiben. Die **veganen Steaks** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten 3-4Min. goldbraun braten. Dann auf einem Teller abgedeckt beiseitestellen und warm halten. Die Pfanne nicht auswischen.



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.