MARLEY SPOON



Klassisches Bio-Rinderhüftsteak

mit Petersilienkartoffeln, Dip und Salat

20-30min 4 Portionen

Ein köstliches, klassisches Steak-Gericht, wie es auch in Frankreich nicht besser zu kriegen ist: Zum saftig-zarten, biologischen Rinderhüftsteak servierst du einen leckeren Crème-fraîche-Dip mit Lauchzwiebel, mit frischer Petersilie verfeinerte Kartoffeln und knackigen Romanasalat. Das schmeckt einfach vorzüglich!

Was du von uns bekommst

- 1kg festkochende Kartoffeln
- 2 Pck. Romanasalat
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Becher Crème fraîche [1]
- 4 Bio-Rinderhüftsteaks
- 1 Pck. Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 10g Petersilie

Was du zu Hause benötigst

- 1EL Senf [2]
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

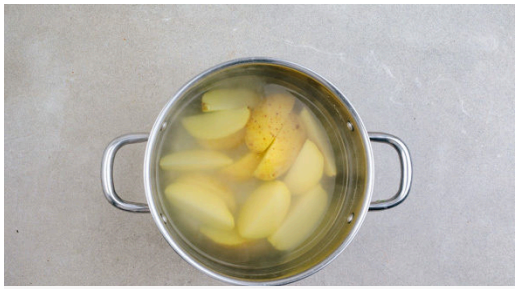
Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Sieb

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

Allergene
Enthält: **Milch** (1), **Senf** (2).

Nährwertangaben pro Portion
Energie 650kcal, Fett 34.1g, Kohlenhydrate 47.4g, Eiweiß 36.5g



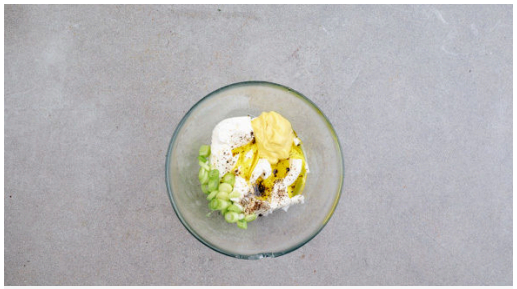
1. Kartoffeln kochen

Die **Kartoffeln** je nach Größe halbieren oder vierteln und in einem mittelgroßen Topf mit stark gesalzenem Wasser bedecken. Das Wasser zum Kochen bringen und die **Kartoffeln** 15–20Min. kochen, bis sie bissfest sind. In ein Sieb abgießen.



2. Gemüse schneiden

Inzwischen den **Salat** der Länge nach in grobe Streifen schneiden. Die **Lauchzwiebeln** in sehr feine Ringe schneiden.



3. Dip zubereiten

Die **Crème fraîche** mit 1EL Senf und 2TL Olivenöl glatt rühren, dann mit Salz und Pfeffer abschmecken und ca. ⅔ **der Lauchzwiebeln** untermischen.



4. Fleisch würzen

Das **Fleisch** trocken tupfen und rundum mit der **Gewürzmischung** einreiben.



5. Fleisch braten

Das **Fleisch** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei starker Hitze auf jeder Seite 2–3Min. braten, abhängig davon, ob es medium oder eher durchgebraten sein soll. Währenddessen die **Petersilienblätter** abzupfen und fein hacken. Das **Fleisch** aus der Pfanne nehmen und bis zum Servieren auf einem Teller abgedeckt ruhen lassen.



6. Dressing anrühren

2EL Olivenöl, 2EL Essig und 2–3EL Wasser mit Salz, Pfeffer und Zucker nach Geschmack verrühren und den **Salat** vorsichtig untermengen. Die **Kartoffeln** mit der gehackten **Petersilie** vermengen. Das **Fleisch** in Tranchen schneiden und mit den **Kartoffeln**, dem **Dip** und dem **Salat** anrichten. Mit den **restlichen Lauchzwiebeln** 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**