



Rindersteak auf feinem Gemüsestampf

mit fruchtig-süßer Cranberrysauce



30-40min



2 Personen

Mmmh, heute gibt es wieder einmal eine Kombination der besten Art! Zum saftig-zart gebratenen Rindersteak servierst du einen feinen Gemüsestampf aus Kartoffeln, Karotten und Lauch mit einer fabelhaften Sauce aus Ketjap Manis und getrockneten Cranberrys, in der Süße und Würze perfekt ausbalanciert sind. Jede Wette: Da bleibt nix übrig!

- 2 Karotten
- 1 Stange Lauch
- 1 Packung mehligkochende Kartoffeln
- 1 Päckchen getrocknete Cranberrys
- 1 Packung Ketjap Manis ⁶
- 1 Packung Rinderhüftsteak

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

- mittelgroßer Topf
- mittelgroße Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Kartoffelstampfer
- Sparschäler
- Messbecher
- Sieb
- Alufolie

Kochtipp
Den übrigen Lauch in Ringe schneiden und für den nächsten Eintopf einfrieren.

Sojabohnen (6). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 538kcal, Fett 8.8g,
Kohlenhydrate 71.9g, Eiweiß 37.8g



1. Gemüse schneiden



4. Sauce zubereiten

4. Sauce zubereiten



2. Gemüse kochen

2. Gemüse kochen



5. Gemüse stampfen

5. Gemüse stampfen



3. Fleisch braten



6. Fleisch schneiden

Das **Fleisch** aus der Alufolie nehmen und quer zur Faser in Tranchen schneiden. Mit dem **Gemüestampf** anrichten und mit der **Cranberrysauce** garniert servieren.