

Rinderhüftsteak mit Chimichurri & Kampot-Pfeffer

dazu Salat in Passionsfruchtdressing & gratinierte Kartoffeln

45 – 55 Minuten • 885 kcal • Tag 3 kochen



Rinderhüftsteak



mehlig. Kartoffeln



Passionsfrucht



Kampot-Pfeffer



Kirschtomaten



Gewürzmischung „Hello Patatas“



geriebener Hartkäse



Petersilie



Oregano



rote Chilischote



Knoblauchzehe



Salatmischung



Zitrone, gewachst



Los geht's

Wasche das Gemüse ab und tupfe das Fleisch mit Küchenpapier trocken.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Pfeffer*, Salz*, Öl*, Zucker*, Wasser*

Kochutensilien

Thermomix®, 1 großer Topf, 1 Gemüseribe, 1 Auflaufform, 1 Backblech mit Backpapier, 1 große Pfanne, Aluminiumfolie, 1 kleine Schüssel, 1 Sieb und 1 große Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Rinderhüftsteak	250 g	375 g	500 g
mehlig. Kartoffeln	600 g	1000 g	1200 g
Passionsfrucht DE	1	1	2
Kampot-Pfeffer	2 g	2 g	4 g
Kirschtomaten	125 g	250 g	250 g
Gewürzmischung „Hello Patatas“	4 g	6 g	8 g
geriebener Hartkäse 7) 8)	40 g	60 g	80 g
Petersilie/Oregano	10 g	10 g	20 g
rote Chilischote NL ES MA	1	1	1
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Salatmischung	50 g	75 g	100 g
Zitrone, gewachst ZA AR	1	1	1

**Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 680 g)
Brennwert	542 kJ/130 kcal	3702 kJ/885 kcal
Fett	7,27 g	49,59 g
– davon ges. Fettsäuren	1,36 g	9,28 g
Kohlenhydrate	9,90 g	67,56 g
– davon Zucker	2,19 g	14,93 g
Eiweiß	5,87 g	40,08 g
Salz	0,375 g	2,560 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

Allergene: **7)** Milch (einschließlich Laktose) **8)** Eier

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **MA:** Marokko **ZA:** Südafrika **AR:** Argentinien



Zu Beginn

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

Einen großen Topf mit ausreichend **Wasser*** füllen, **salzen*** und aufkochen lassen.

Kartoffeln schälen, halbieren und im kochenden **Wasser** ca. 10 Min. bissfest vorkochen.

Währenddessen **Kampot-Pfeffer** fein hacken.

Blätter vom **Oregano** zupfen.

Petersilie in grobe Stücke schneiden.

Chili halbieren, entkernen und **Chilihälften** in ca. 2 cm Stücke schneiden (**Achtung: scharf!**).

Zitrone heiß abwaschen und 1 TL [1,5 TL | 2 TL] der Schale fein abreiben. **Zitrone** vierteln.



Steaks braten

Rindersteak von beiden Seiten **salzen***.

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen, **Rindersteak** zugeben und auf jeder Seite 3 – 4 Min. für rare, 4 – 5 Min. für medium und 5 – 6 Min. für well-done anbraten.

In der letzten Minute der Steak-Bratzeit, diese nach Belieben mit **Kampot-Pfeffer** würzen. **Steak** direkt nach dem **Braten** in Aluminiumfolie einwickeln und mind. 10 Min., oder bis zum Anschneiden ruhen lassen.

Währenddessen fortfahren.

Chilischote

Geh behutsam bei der Dosierung um, da unsere Chilischote im Schärfegrad variieren kann.



Kartoffeln backen

Kirschtomaten in eine Auflaufform geben.

Kartoffeln nach der Kochzeit durch den Varoma-Behälter abgießen und kurz mit kaltem **Wasser** abschrecken, sodass diese nicht mehr kochend heiß sind. **Kartoffeln** abtropfen lassen und in einer großen Schüssel zusammen mit **Hartkäse** und „Hello Patatas“ und einer Prise **Salz*** vermengen.

Kartoffeln auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und im vorgeheizten Ofen für ca. 18 – 20 Min. goldbraun backen.

Währenddessen fortfahren.



Chimichurri & Dressing

Kräuter, Chili, Saft von 1 [1,5 | 2] **Zitronenspalte**, **Zitronenabrieb**, 30 g [50 g | 70 g] **Öl***, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf geben und **10 Sek./Stufe 8** vermischen.

Chimichurri in eine kleine Schüssel umfüllen.

Passionsfrucht halbieren und mit einem Löffel die Hälfte [drei Viertel | alles] vom Inneren in den Mixtopf auskratzen.

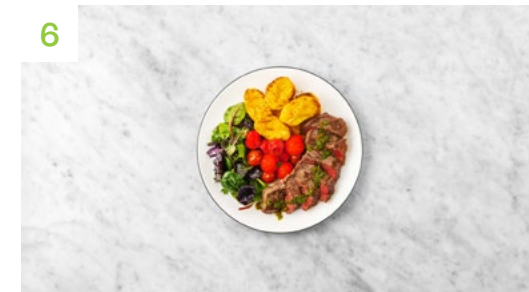
20 g [30 g | 40 g] **Öl***, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Zucker*** und 10 g [15 g | 20 g] **Wasser*** in den Mixtopf zugeben und **10 Sek./Stufe 6** pürieren.



Für die Tomaten

Knoblauch abziehen, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und zu den **Tomaten** in die Auflaufform geben. Alles mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** und 1 Prise **Salz*** vermengen, in den letzten 10 Min. mit in den Ofen geben und backen, bis die **Tomaten** leicht aufgeplatzt sind.

Währenddessen die **Steaks** braten.



Anrichten

Dressing durch ein Sieb in eine große Schüssel passieren und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Salat mit dem **Dressing** in der großen Schüssel marinieren.

Kartoffeln, Kirschtomaten und **Salat** nebeneinander auf Tellern anrichten.

Steak in 1 cm Scheiben aufschneiden und dazu anrichten.

Chimichurri dazu reichen und genießen.

Guten Appetit!