

# Rinderhüftsteak mit Chimichurri & Kampot-Pfeffer

dazu Salat in Passionsfruchtdressing & gratinierte Kartoffeln

Thermomix hilft • 903 kcal • Tag 3 kochen

31



Rinderhüftsteak



mehlig. Kartoffeln



Passionsfrucht



rote Kirschtomaten



Blattsalatsmischung



Zitrone, gewachst



Knoblauchzehe



Oregano



Petersilie



rote Chilischote



Kampot-Pfeffer



Hartkäse ital. Art, gerieben



Gewürzmischung „Hello Patatas“



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

# Los geht's

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

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Salz\*, Pfeffer\*, Zucker\*, Öl\*, 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 <b>DE</b>	1	1	2
rote Kirschtomaten	125 g	250 g	250 g
Blattsaladmischung	50 g	75 g	100 g
Zitrone, gewachst <b>ZA</b>   <b>AR</b>	1	1	1
Knoblauchzehe <b>ES</b>	1	1	2
Oregano/Petersilie	10 g	10 g	20 g
rote Chilischote <b>NL</b>   <b>ES</b>   <b>MA</b>	1	1	1
Kampot-Pfeffer	2 g	2 g	4 g
Hartkäse ital. Art, gerieben <b>7</b>   <b>8</b> )	40 g	60 g	80 g
Gewürzmischung „Hello Patatas“	4 g	6 g	8 g

\*\*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	554 kJ/132 kcal	3780 kJ/903 kcal
Fett	7,6 g	52,2 g
– davon ges. Fettsäuren	1,5 g	10 g
Kohlenhydrate	9,9 g	67,6 g
– davon Zucker	2,3 g	15,6 g
Eiweiß	6,4 g	43,7 g
Salz	0,41 g	2,78 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.

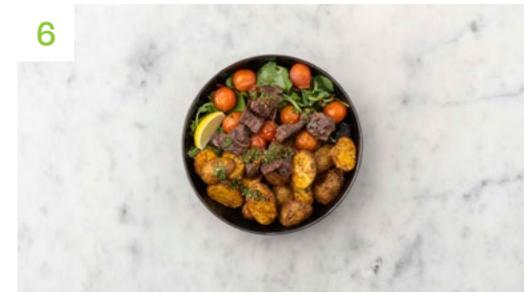
20 g [30 g | 40 g] **Öl\***, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Zucker\*** und 10 g [15 g | 20 g] **Wasser\*** in den Mixtopf zugeben und **10 Sek./Stufe 6** pürieren.



## 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!**