

# Rindersteak mit geschmorten Pilzen

dazu Preiselbeersöße und käsige Drillinge

High Protein 35 – 45 Minuten • 882 kcal • Tag 3 kochen



Rinderhüftsteak



Kartoffeln (Drillinge)



Champignons



Petersilie glatt



Thymian



Zwiebel



Hartkäse ital. Art, gerieben



Wildpreiselbeerenmarmelade



gemahlener Piment



Gewürzmischung „Hello Paprika“



Maisstärke



Rinderbrühe



Kräuterbutter

**VOLLE WOCHE?  
KEIN PROBLEM!**

Entdecke die neue Vielfalt  
an schnellen Rezepten.



**ZEIT SPAREN**



# Los geht's

Wasche Gemüse und tupfe das Fleisch mit Küchenpapier trocken.

## \*Basiszutaten aus Deiner Küche

Salz\*, Pfeffer\*, Balsamicoessig\*, Öl\*, Wasser\*

## Kochutensilien

1 Aluminiumfolie, 1 Backblech mit Backpapier,  
2 große Pfanne und 1 Messbecher

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Rinderhüftsteak	250 g	375 g	500 g
Kartoffeln (Drillinge)	600 g	1000 g	1200 g
Champignons	300 g	450 g	600 g
Petersilie glatt/Thymian	10 g	10 g	10 g
Zwiebel DE   NL   EG	1	2	2
Hartkäse ital. Art, gerieben 7) 8)	40 g	60 g	80 g
Wildpreiselbeerenmarmelade	100 g	150 g	200 g
gemahlener Piment	1 g	1,5 g**	2 g
Gewürzmischung „Hello Paprika“	4 g	6 g	8 g
Maisstärke	4 g	6 g	8 g
Rinderbrühe	4 g	6 g	8 g
Kräuterbutter 7)	40 g	60 g	80 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. 800 g)
Brennwert	463 kJ/111 kcal	3692 kJ/882 kcal
Fett	4,7 g	37,4 g
– davon ges. Fettsäuren	1,9 g	15,1 g
Kohlenhydrate	10,6 g	84,8 g
– davon Zucker	4,1 g	32,3 g
Eiweiß	5,9 g	46,7 g
Salz	0,44 g	3,47 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 EG: Ägypten



## Für die Kartoffeln

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

**Drillinge** vierteln oder halbieren und auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen.

**Drillinge** mit „Hello Paprika“, geriebenem Hartkäse, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] Öl\*, Salz\* und Pfeffer\* vermengen und im Backofen 25 – 30 Min. garen, bis sie goldbraun sind.



## Fleisch anbraten

Währenddessen **Rinderhüftsteak** rundum salzen\*.

In einer zweiten großen Pfanne restliche **Kräuterbutter** und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] Öl\* erhitzen. **Rindersteaks** mit **Thymianzweigen** darin je Seite 2 – 3 Min. für rare, 3 – 4 Min. für medium und 4 – 6 Min. für well done anbraten.

**Rindersteaks** und **Thymian** danach in Aluminiumfolie wickeln, beiseitelegen und mind. 5 Min. ruhen lassen.

**Bratfond** in der Pfanne lassen.



## Kleine Vorbereitung

**Champignons** je nach Größe ganz lassen oder halbieren.

**Zwiebel** halbieren und in feine Streifen schneiden.

**Petersilie** fein hacken.



## Für die Soße

In einem Messbecher 100 ml [150 ml | 200 ml] **Wasser\***, **Maisstärke**, **Piment**, **Rinderbrühe** und **Wildpreiselbeermarmelade** glatt rühren.

Vorbereite **Soße** in die Pfanne aus Schritt 4 geben, einmal aufkochen und 2 – 3 Min. köcheln lassen, bis die **Soße** andickt. Mit **Pfeffer\*** abschmecken.

**Pilze** in der anderen Pfanne mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Balsamicoessig\*** ablöschen und 2 – 3. Min. braten lassen. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## Pilze schmoren

In einer großen Pfanne die Hälfte der **Kräuterbutter** und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] Öl\* bei mittlerer Hitze erwärmen. **Zwiebelstreifen** und **Pilze** zugeben, **salzen\*** und 10 – 12 Min. anschwitzen, bis alles weich ist.

**Tipp:** Sollte das Gemüse anfangen an der Pfanne zu kleben, kannst Du etwas Wasser\* hinzufügen.



## Anrichten

**Steak** aus der Folie wickeln, **Thymian** entsorgen und **Steak** in Streifen schneiden. Mit **Pfeffer\*** würzen.

Käsige **Kartoffeln** und geschmorte **Pilze** daneben anrichten. **Kartoffeln** mit gehackter **Petersilie** garnieren. **Preiselbeersoße** über die **Steakstreifen** verteilen.

**Guten Appetit!**

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen  
Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!  
<http://www.hellofresh.de/freunde>

