



# FÜR OSTERN: RINDERHÜFTBRATEN MIT VICHY-KAROTTEN, Buschbohnen, Kartoffeln und Bärlauchsoße

## MEISTERSTÜCK



- Kartoffeln (Drillinge)
- mittelscharfer Senf
- Petersilie
- Kerbel
- Buschbohnen
- Mandelstifte
- Bärlauch
- Zwiebel
- Karotten
- Gemüsebrühe
- Rinderhüftbraten

40 [40 | 40] Min. 90 [90 | 90] Min.

Stufe 3 Thermomix kocht

Tag 1 - 5 kochen

Richtig schlemmen zum Osterfest kannst Du mit unserem Meisterstück! Unser Roastbeef-Braten mit Kartoffeln wird garantiert für Begeisterung bei Deinen Liebsten sorgen. Bis Du den saftigen Braten wieder aus dem Ofen holst, kümmerst Du Dich um die Zubereitung unglaublich zarter, leckerer Vichy-Karotten, Buschbohnen und einer würzigen Bärlauchsoße. Jetzt heißt es nur noch Dein Meisterstück österlich in Szene setzen und gemeinsam genießen!

**thermomix**

# LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** und das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken.  
 Heize den **Backofen** auf **120 °C** Ober-/Unterhitze (**100 °C** Umluft) vor.  
 Neben dem **Thermomix\*** benötigst Du **1 Auflaufform**, **1 große Pfanne**, **1 flachen Teller** und **1 kleine Schüssel**.



## 1 BRATEN BACKEN

**Rinderbraten salzen\***. In einer großen Pfanne **Öl\*** bei hoher Hitze erhitzen und **Braten** rundherum ca. 5 Min. scharf anbraten. **Braten** aus der Pfanne nehmen, in eine Auflaufform geben und ca. 50 [55 | 60] Min. im Ofen backen. Wenn du das **Fleisch** weniger rosa magst, lass es noch 15 – 20 Min. länger im Ofen. **Petersilien-** und **Kerbelblätter** abzupfen, in den Mixtopf geben, **3 Sek./ Stufe 8** zerkleinern und auf einen flachen Teller umfüllen.



## 4 SOSSE KOCHEN

Varoma abnehmen, Gareinsatz mit dem Spatel herausnehmen und alles warmhalten. Mixtopf leeren und **Garflüssigkeit** dabei auffangen. **Öl\*** und die **Halfte** der **Zwiebeln** in den Mixtopf geben und **3 Min./120 °C/Stufe 1** dünsten. **Frischkäse**, **Garflüssigkeit\*** (siehe **Zutatentabelle**), **Gemüsebrühe**, **Senf** und **Bärlauch** in den Mixtopf zugeben, **15 Sek./ Stufe 5** mischen, danach **5 Min./95 °C/Stufe 1** erwärmen und mit dem Rezept fortfahren.



## 2 ZERKLEINERN

**Zwiebel** abziehen, halbieren, in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und ebenfalls in eine kleine Schüssel umfüllen. **Kartoffeln** je nach Größe halbieren oder vierteln und in den Gareinsatz geben. Eventuell überstehende **Kartoffelstücke** in den Varoma-Behälter füllen. **Wasser\*** in den Mixtopf geben und Gareinsatz einsetzen.



## 5 VICHY-KAROTTEN ZUBEREITEN

**Mandelstifte** in die große Pfanne geben und rösten, bis sie leicht gebräunt sind. Währenddessen **Bohnen** mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen. **Mandelstifte** über die **Bohnen** streuen und weiter warm halten. In derselben großen Pfanne **Öl\*** bei mittlerer Hitze erwärmen. Restliche **Zwiebelwürfel** zugeben und ca. 2 Min. anbraten. **Karotten** aus dem Varoma-Behälter in die Pfanne zugeben, mit etwas **Zucker\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen und ca. 2 Min. anbraten.



## 3 GEMÜSE GAREN

**Karotten** schälen, schräg in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden und in den Varoma-Behälter geben, dabei darauf achten, dass genügend Garschlitze frei bleiben. Enden der **Bohnen** abschneiden und auf den V-Einlegeboden geben. V-Einlegeboden in den V-Behälter einsetzen, Varoma verschließen, aufsetzen, **28 Min./Varoma/Stufe 1** dämpfen und **Bärlauch** in ca. 2 cm breite Streifen schneiden. Danach eine Kochpause einlegen, bis der Varoma fertig ist.



## 6 ANRICHTEN

**Braten pfeffern\***, auf den Teller mit den **Kräutern** geben und rundherum darin wälzen. **Braten** anschließend in Scheiben schneiden. **Vichy-Karotten** und den in Scheiben geschnittenen **Braten** auf Teller verteilen. **Bohnen** dazulegen und mit **Kartoffeln** und **Soße** genießen.

# 2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Rinderhüftbraten	500 g	750 g	1.000 g
Petersilie/Kerbel	20 g	40 g	40 g
Zwiebel EG	1	1	2
Kartoffeln (Drillinge)	600 g	900 g	1.200 g
Karotten NL	4	6	8
Buschbohnen	200 g	300 g	400 g
Bärlauch	10 g	10 g	10 g
Frischkäse 5)	200 g	300 g	400 g
Gemüsebrühe	4 g	6 g	8 g
mittelscharfer Senf 4)	10 ml	20 ml	20 ml
Mandelstifte 7)	20 g	40 g	40 g
Öl* für Schritt 1 und 5	je 1 EL	je 1½ EL	je 2 EL
Wasser* für Schritt 2		500g	
Öl* für Schritt 4	10 g	10 g	15 g
Garflüssigkeit* für Schritt 4	100 g	130 g	180 g
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

\* Gut, im Haus zu haben.  
 ☉ 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. 1.000 g)
Brennwert	378 kJ/90 kcal	3.902 kJ/933 kcal
Fett	4 g	37 g
- davon ges. Fettsäuren	2 g	19 g
Kohlenhydrate	7 g	74 g
- davon Zucker	2 g	23 g
Eiweiß	7 g	72 g
Salz	1 g	2 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

4) Senf 5) Milch 7) Schalenfrüchte

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

### URSPRUNGSLÄNDER

EG: Ägypten NL: Niederlande

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).



Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de  
 AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at

GUTEN APPETIT!