



# Gnocchi mit extra Steakstreifen

in cremiger Tomaten-Spinat-Soße



## EXTRA LECKERBISSEN

RINDERSTEAK



frische Gnocchi



Crème fraîche



Zwiebel



gelbe Paprika



Knoblauchzehe



Basilikum



Schnittlauch



stückige Tomaten



Walnusskerne



Babyspinat



getrocknete Tomaten mit Kräutern



Rinderhüftsteak

15 [20 | 20] Min. 30 [35 | 35] Min.

Stufe 2 Thermomix kocht

Tag 1 - 5 kochen

Extra Leckerbissen! Unsere Gnocchi in cremiger Tomaten-Spinat-Soße zählen sowieso schon zu Deinen liebsten Rezepten. Mit saftigen Steakstreifen und getrockneten Tomaten wird daraus aber noch mal ein ganz besonderes Geschmackserlebnis! Dazu gibt es ein raffiniertes und schnelles Schnittlauch-Walnuss-Öl, das für das gewisse Etwas sorgt, wenn es am Ende ganz schnell geht und sich jeder auf die eigene Portion freut.

thermomix

# LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** und das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken.  
Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **2 kleine Schüsseln**, **1 große Schüssel** und **1 große Pfanne**.



## 1 ZU BEGINN

**Getrocknete Tomaten** in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 5** zerkleinern und in eine kleine Schüssel umfüllen. Einige Blätter vom **Basilikum** abzupfen und für die Dekoration beiseitelegen. Restliches **Basilikum** mit Stielen in ca. 2 cm lange Stücke schneiden und in den Mixtopf geben. **Zwiebel** und **Knoblauch** abziehen. **Zwiebel** halbieren und beides zugeben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.



## 2 SOSSE BEGINNEN

**Öl\*** in den Mixtopf zugeben und **3 Min./120°C/ Stufe 1** dünsten. Währenddessen **Paprika** halbieren, Kerngehäuse entfernen und **Paprikahälften** in 1 cm große Stücke schneiden. **Paprikawürfel** in den Mixtopf zugeben und **5 Min./100°C/ Stufe 1** garen. Währenddessen **Schnittlauch** in kleine Röllchen schneiden und in eine kleine Schüssel geben.



## 3 SOSSE & WALNÜSSE

**Stückige Tomaten**, **Salz\***, **Pfeffer\*** und 1 Prise **Zucker\*** in den Mixtopf zugeben und **11 Min./100°C/ Stufe 1** kochen. Währenddessen **Walnüsse** grob hacken und mit **Olivenöl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** zu den **Schnittlauchröllchen** geben und vermengen. **Babyspinat** in eine große Schüssel geben und mit dem Rezept fortfahren.



## 4 GNOCCHI BRATEN

In einer großen Pfanne **Öl\*** bei mittlerer Hitze erwärmen, **Gnocchi** darin 7 – 8 Min. goldbraun anbraten und danach zum **Babyspinat** in die große Schüssel geben.

## STEAKS BRATEN

Erneut **Öl\*** bei hoher Stufe in der Pfanne erwärmen. **Steaks** je Seite 1 – 2 Min. für rare, 2 – 3 Min. für medium oder 3 – 4 Min. für well done braten. In der letzten halben Minute die zerkleinerten **getrockneten Tomaten** zu den **Steaks** geben, kurz durchschwenken und **Steaks salzen\*** und **pfeffern\***.



## 5 FÜR DIE SOSSE

Während die **Steaks** braten, die **Crème fraîche** in den Mixtopf zugeben, **10 Sek./ Stufe 3** vermischen und mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken. **Tomatensoße** über **Gnocchi** und **Babyspinat** geben und alles vermengen.



## 6 ANRICHTEN

**Gnocchi** auf Teller verteilen. **Steaks** in Streifen schneiden und fächerförmig auf den **Gnocchi** verteilen. **Schnittlauch-Walnuss-Öl** darüberträufeln, mit **Basilikumblättern** garnieren und genießen.

# 2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
getrocknete Tomaten mit Kräutern	50 g	75 g	100 g
Basilikum/Schnittlauch	10 g ☉	15 g ☉	20 g
Zwiebel EG	1	1	2
Knoblauchzehe ES	1	1	2
gelbe Paprika NL   ES	1	1 (groß)	2
stückige Tomaten	1	1½	2
Walnusskerne 7)	10 g	15 g ☉	20 g
Babyspinat	75 g	100 g	150 g
frische Gnocchi 1)	400 g	600 g	800 g
Rinderhüftsteak	250 g	375 g	500 g
Crème fraîche 5)	75 g ☉	100 g ☉	150 g
Öl* für Schritt 2	10 g	15 g	20 g
Olivenöl* für Schritt 3	1 EL	1½ EL	2 EL
Öl* für Schritt 4	je ½ EL	je ¾ EL	je 1 EL
Salz*, Pfeffer*, Zucker*	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.

! Unser Gemüse kann in Größe und Gewicht variieren. Bitte stelle sicher, dass Du die Mengen an die Sicherheitsregelungen des Thermomix® anpasst.

## DURCHSCHNITTliche

**NÄHRWERTE PRO**  
(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	PORTION (ca. 800 g)
Brennwert	467 kJ/112 kcal	3.751 kJ/897 kcal
Fett	5 g	43 g
- davon ges. Fettsäuren	1 g	12 g
Kohlenhydrate	11 g	80 g
- davon Zucker	6 g	45 g
Eiweiß	5 g	43 g
Salz	1 g	7 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

1) Glutenhaltiges Getreide 5) Milch 7) Schalenfrüchte

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

## URSPRUNGSLÄNDER

EG: Ägypten NL: Niederlande ES: Spanien

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

#HelloFreshDE

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!