

RÖSTITÜRMCHEN MIT WÜRZIGER GRÜNKOHLCRÈME, getopft mit Champignons und Steakstreifen

SPECIAL



Kartoffelpufferteig



Rinderhüftsteak



Baby-Grünkohl



braune Champignons



Knoblauchzehe



Schmand



Zwiebel

30 Minuten Stufe 2

Tag 1-5 kochen

Entdecke die Vielseitigkeit des Grünkohls! Heute pürierst Du das Wintergemüse mit Schmand zu einer cremigen Paste, die für leckere grüne Farbakzente auf Deinem Teller sorgt. Zu den zartrosa gebratenen Steakstreifen sorgen sie für einen schönen Kontrast – das Auge isst ja bekanntlich mit. Dazu gibt es ein knuspriges Röstitürmchen und herzhaft Champignons. Lass Dir dieses Grünkohl-Special schmecken!

Wasche das **Gemüse** ab und tupfe das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken. Zum Kochen benötigst Du ein **hohes Rührgefäß**, einen **Pürierstab**, **2 große Pfanne** und **1 große Schüssel**.



1 RÖSTITEIG ABSCHMECKEN

In einer großen Schüssel **Kartoffelpufferteig** mit einem **Drittel** des **Schmands** gut vermengen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



2 GEMÜSE SCHNEIDEN

Braune Champignons vierteln. **Zwiebel** halbieren, abziehen und in feine Streifen schneiden. **Knoblauch** abziehen und fein hacken. In einem hohen Rührgefäß restlichen **Schmand** mit **Baby-Grünkohl** fein pürieren und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



3 PUFFER ZUBEREITEN

Kartoffelpufferteig in 8 [12 | 16] Teile aufteilen und zu flachen Puffern formen. In einer großen Pfanne ca. 100 ml **Öl*** erhitzen. Puffer je Seite 4 – 5 Min. darin braten, bis sie goldbraun sind. Anschließend **Puffer** warm halten.

★ **TIPP:** Keine Angst vor der großen Menge Öl, die Puffer saugen nicht alles davon auf, wenn Du das Öl vorher gut erwärmst.



4 GEMÜSE BRATEN

In einer zweiten großen Pfanne **Öl*** bei mittlerer Hitze erhitzen und **Champignonviertel**, **Zwiebelstreifen** und gehackten **Knoblauch** darin 5 – 6 Min. anbraten, bis die **Zwiebeln** weich und die **Champignons** durchgegart sind. Anschließend aus der Pfanne nehmen.



5 STEAK BRATEN

In derselben Pfanne wieder **Öl*** erhitzen und **Steak** darin auf jeder Seite 2 – 3 Min. für rare, 3 – 4 Min. für medium und 4 – 6 Min. für well done anbraten.



6 ANRICHTEN

Rindersteak in sehr dünne Scheiben schneiden (je dünner, desto besser). **Kartoffelpuffer** auf Tellern zu Türmchen stapeln. Mit **Champignon Gemüse** und **Steakstreifen** toppen. Zusammen mit **Grünkohl-Schmand** genießen.

2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Kartoffelpufferteig 11)	750 g	1125 g ☉	1500 g
Schmand 5)	150 g	225 g ☉	300 g
braune Champignons	100 g	150 g	200 g
Zwiebel DE	1	1	2
Knoblauchzehe ES	1	2	2
Baby-Grünkohl	50 g	75 g	100 g
Rinderhüftsteak	125 g	250 g	250 g
Öl* für Puffer	100 ml	100 ml	100 ml
Öl*	je ½ EL	je ¾ EL	je 1 EL
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	100 g	PORTION (ca. 650 g)
Brennwert	454 kJ/108 kcal	2946 kJ/704 kcal
Fett	5 g	31 g
– davon ges. Fettsäuren	2 g	13 g
Kohlenhydrate	13 g	82 g
– davon Zucker	3 g	18 g
Eiweiß	4 g	28 g
Ballaststoffe	2 g	10 g
Salz	1 g	0 g

ALLERGENE

5) Milch 11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland, ES: Spanien

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

[f](#) [@](#) [▶](#) [p](#) #HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at

GUTEN APPETIT!