

Rindshuftsteak mit Tomaten-Hirtenkäse-Haube dazu fruchtiger Nüsslisalat und Kartoffeln

35 – 45 Minuten • 802 kcal • Tag 3 kochen

11



Rindshuftsteak



Hirtenkäse



Kartoffeln (Drillinge)



Champignons



rote Cherry-Tomaten



Pflücksalat



Thymian



Knoblauchzehe



Kürbiskerne



Pflaumenkonfitüre



süßer Senf



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

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Olivenöl*, Essig*, Pfeffer*, Salz*, Öl*

Kochutensilien

1 Aluminiumfolie, 1 Backblech mit Backpapier, 1 Auflaufform, 1 grosse Schüssel und 1 grosse Bratpfanne

Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
Rindshuftsteak	2 x 125 g	4 x 125 g
Hirtenkäse 7)	1 x 100 g	1 x 200 g
Kartoffeln (Drillinge)	1 x 500 g	1 x 1000 g
Champignons	1 x 150 g	1 x 300 g
rote Cherry-Tomaten	1 x 125 g	1 x 250 g
Pflücksalat	1 x 100 g	2 x 100 g
Thymian	1 x 10 g**	1 x 10 g
Knoblauchzehe	1 x 4 g	2 x 4 g
Kürbiskerne	1 x 10 g	1 x 20 g
Pflaumenkonfitüre	1 x 20 g	2 x 20 g
süsser Senf 9)	1 x 15 ml	2 x 15 ml

**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. 670 g)
Brennwert	503 kJ/ 120 kcal	3354 kJ/ 802 kcal
Fett	6.7 g	44.7 g
- davon ges. Fettsäuren	1.7 g	11.2 g
Kohlenhydrate	7.2 g	48.1 g
- davon Zucker	1.3 g	8.8 g
Eiweiss	7.4 g	49.4 g
Salz	0.22 g	1.46 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) 9) Senf

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



Für die Kartoffeln

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

Thymianblätter grob hacken.

Drillinge vierteln oder halbieren und zusammen mit 1 EL [2 EL] **Olivenöl***, **Salz***, **Pfeffer*** in eine grosse Schüssel geben und vermengen. **Drillinge** auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und 25 – 30 Min. im Ofen garen.



Für die Haube

Cherry-Tomaten halbieren.

Knoblauch fein hacken.

Hirtenkäse in 2 cm Würfel schneiden.

Cherry-Tomaten, **Hirtenkäse**, **Knoblauch**, **Kürbiskerne**, 1 EL [2 EL] **Olivenöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** in eine kleine Auflaufform geben.

Die Auflaufform neben die **Drillinge** geben und 20 – 25 Min. mitgaren.



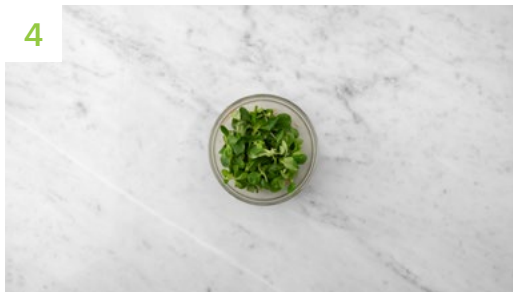
Für die Pilze

Champignons vierteln oder halbieren.

Champignons in die grosse Schüssel aus Schritt 1 geben und mit **Thymian**, 1 EL [2 EL] **Olivenöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen.

Champignons mit auf das Backblech geben und 15 – 20 Min. mitgaren.

Tipp: Wenn Du für 3 oder 4 Personen kochst, benutze 2 Backbleche.



Für das Dressing

In derselben grossen Schüssel **Pflaumenkonfi**, **süsser Senf**, 2 EL [4 EL] **Olivenöl***, 1 EL [2 EL] **Essig***, **Salz*** und **Pfeffer*** zu einem **Dressing** vermengen. **Nüsslisalat** zugeben und noch nicht vermengen.

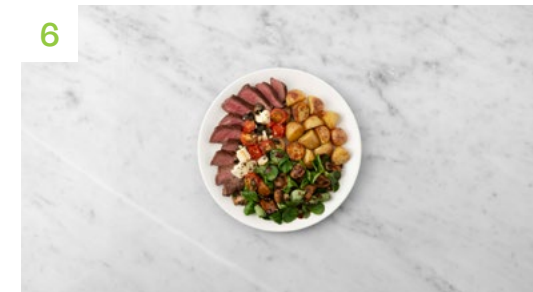


Für das Rindshuftsteak

Rindshuftsteaks quer in je 1 **Steak** pro Person zerteilen und von beiden Seiten **salzen***.

In einer grossen Bratpfanne 1 EL [2 EL] **Öl*** erhitzen. **Rindshuftsteaks** darin je Seite 2 – 3 Min. für rare, 3 – 4 Min. für medium und 4 – 6 Min. für well done anbraten.

Rindshuftsteaks danach in Aluminiumfolie wickeln, beiseitelegen und mind. 5 Min. ruhen lassen.



Anrichten

Nüsslisalat mit dem **Dressing** vermengen. **Pilze** dazugeben.

Rindshuftsteaks nach der Ruhezeit in 1 cm Streifen schneiden, auf Teller verteilen und mit der **Hirtenkäse-Tomatenmischung** toppen. **Drillinge** und **Nüsslisalat** daneben anrichten und geniessen.

En Guete!

Du liebst HelloFresh?

Deine Freunde sicher auch! Lade sie jetzt über den QR Code oder über <http://www.hellofresh.ch/freunde> ein!

