



Schweinesteak mit Kräuterbutter,

knusprigen Kartoffelstiften und frischem Salat



HELLO SCHNITTLAUCH

Schnittlauch in Kräuterbutter kommt nicht von ungefähr! Es gehört zu den französischen „Fines Herbes“, die zu Fleisch dazugehören.



Schweinelachssteak



Kartoffeln



Tomate



Honig



Schnittlauch



Salatherz



Weißweinessig



Estragon



Pommesgewürz



körniger Senf

30 Minuten

Stufe 2

Neuentdeckung

leichter Genuss

Zeit sparen

Tag 1-5 kochen

Wenn Du Klassiker liebst, wirst Du Dich besonders über diesen kulinarischen Gruß aus Frankreich freuen! Dein auf den Punkt angebratenes Steak bekommt von selbst gemachten Kartoffelstiften und einem knackigen Salat Gesellschaft. Das i-Tüpfelchen auf dem Schweinesteak ist die Kräuterbutter, die Du im Handumdrehen zubereitet hast. Sie sorgt mit der feinen Estragon-Note für das gewisse Etwas, das Deinen Gaumen verwöhnen wird. Wir wünschen: Bon Appétit!

LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse**, **Kräuter** und **Fleisch** ab und tupfe das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken. Heize den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Unterhitze (**180 °C** Umluft) vor. Zum Kochen benötigst Du **1 kleine Schüssel**, **2 große Schüsseln**, **1 große Pfanne**, **Backpapier** und ein **Backblech**.



1 KARTOFFELSTIFE ZUBEREITEN

Ungeschälte **Kartoffeln** in ca. 1 cm breite Stifte schneiden und auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen. Mit **Olivenöl*** beträufeln, mit **Pommesgewürz** vermischen und auf der mittleren Schiene im Backofen 25 Min. knusprig backen. In dieser Zeit 2- bis 3-mal wenden.



2 FÜR DIE KRÄUTERBUTTER

Schnittlauch in feine Röllchen schneiden, **Estragonblätter** abzupfen und fein hacken.

In einer kleinen Schüssel weiche **Butter*** mit den **Kräutern** mischen. Mit etwas **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.

★ **TIPP:** Kräuterbutter auf ein Stück Backpapier geben und einrollen. Ab damit in den Kühlschrank, so kannst Du später die Butter besser in Scheiben schneiden.



3 STEAKS BRATEN

Schweinelachssteaks mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen. In einer großen Pfanne **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen, **Steaks** darin von beiden Seiten 3 – 4 Min. anbraten.

Pfanne vom Herd nehmen und **Steaks** ein wenig ruhen lassen.



4 FÜR DAS DRESSING

In einer großen Schüssel **Weißweinessig** mit **körnigem Senf**, **Honig** und **Olivenöl*** gut vermischen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Salatblätter abzupfen und in ca. 0,5 cm breite Streifen schneiden.



5 KURZ VOR SCHLUSS

Tomaten halbieren, Strunk entfernen und **Tomatenhälften** in ca. 1 cm große Würfel schneiden.

Tomatenwürfel mit **Salatstreifen** ins **Dressing** geben, vermengen und bis zum Anrichten ziehen lassen.



6 ANRICHTEN

Kartoffelstifte und **Salat** auf Teller verteilen. **Steaks** dazu anrichten. **Kräuterbutter** in Scheiben schneiden, auf die noch heißen **Steaks** legen und genießen.

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
vorw. festk. Kartoffeln	600 g	900 g	1200 g
Pommesgewürz 15)	4 g	6 g	8 g
Estragon/Schnittlauch	5 g	7,5 g	10 g
Schweinelachssteak 15)	2	3	4
Weißweinessig 1) 12)	12 ml	18 ml	24 ml
körniger Senf 10)	1 TL	1½ TL	1 EL
Honig	8 g	12 g	16 g
Salatherz	1	1½	2
Tomate (Roma) ES	2	3	4
Olivenöl*	je 2 EL	je 3 EL	je 4 EL
Butter* 7)	2 EL	3 EL	4 EL
Öl*	1 EL	1½ EL	2 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. 700 g)
Brennwert	374 kJ/89 kcal	2632 kJ/627 kcal
Fett	4 g	27 g
- davon ges. Fettsäuren	2 g	11 g
Kohlenhydrate	8 g	56 g
- davon Zucker	2 g	11 g
Eiweiß	6 g	40 g
Ballaststoffe	1 g	7 g
Salz	1 g	1 g

ALLERGENE

1) Weizen 7) Milch 10) Senf

12) Schwefeldioxid und Sulfite

15) kann Spuren von Sellerie und Senf enthalten

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

URSPRUNGSLÄNDER

ES: Spanien

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

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de

AT +43 (0) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at

Guten Appetit!

2018 | KW 12 | 1

HelloFRESH