



ZWIEBELROSTBRATEN MIT KAROTTENSALAT und knusprigen Bratkartoffeln



HELLO SCHMAND

Sahne, Schmand, Crème fraîche,
saure Sahne – der Unterschied all dieser
Produkte liegt im Fettgehalt.
Bei Schmand beträgt dieser i. d. R. 24 %.



Rinderhüftsteaks



vorw. festk. Kartoffeln



Gewürzmischung
„Paprikagewürz“



Zwiebeln



Karotte



Schmand



Honig



Rotweinessig

40-50 Minuten (je nach Personenanzahl)

Stufe 2

Tag 1-5 kochen

LOS GEHT'S

Wasche das **Gemüse** ab und tupfe das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken.

Zum Kochen benötigst Du **1 Backblech** mit **Backpapier**, **1 große Pfanne**, **1 Gemüsereibe**, **1 kleine Schüssel** und **1 große Schüssel**.



1 KARTOFFELN BACKEN

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

Ungeschälte **Kartoffeln** in Scheiben schneiden und auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen. Mit 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl***, **Gewürzmischung**, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen und ca. 25 Min. im Backofen backen.



2 ZWIEBELN BRATEN

Zwiebeln abziehen und in dünne Ringe schneiden. In einer großen Pfanne 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen und die **Zwiebelringe** darin ca. 10 Min. braten, bis sie goldbraun und weich sind.



3 KAROTTENSALAT ZUBEREITEN

In der Zwischenzeit **Karotten** schälen, reiben, mit **Rotweinessig**, 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl***, **Honig**, **Salz*** und **Pfeffer*** in einer großen Schüssel vermengen und bis zum Anrichten ziehen lassen.



4 ZWIEBELN ABDECKEN

Zwiebelringe aus der Pfanne nehmen und in einer kleinen Schüssel abgedeckt beiseitestellen.

★ **TIPP:** Nimm zum Abdecken einfach die Schüssel mit dem Karottensalat, das spart Abwasch.



5 STEAKS BRATEN

Rindersteaks mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen. In derselben Pfanne aus Schritt 2 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl*** bei starker Hitze erwärmen, **Steaks** auf jeder Seite ca. 2 Min. anbraten und aus der Pfanne nehmen. **Bratensatz** mit 50 ml [75 ml | 100 ml] **Wasser*** ablöschen und aufkochen lassen. Herd ausschalten und **Schmand** einrühren. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken. **Steaks** zur **Soße** geben und ca. 2 Min. erwärmen. Die **Soße** sollte nicht mehr aufkochen, sonst gerinnt sie.



6 ANRICHTEN

Soße auf Teller geben, **Rostbraten** darauf anrichten und **Zwiebelringe** darübergeben. Mit **Bratkartoffeln** und **Karottensalat** genießen.

Guten Appetit!

2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
vorw. festk. Kartoffeln	500 g	800 g	1.000 g
Gewürzmischung „Paprikagewürz“	2 g	4 g	4 g
Zwiebeln DE	2	3	4
Karotten DE	2	3	4
Rotweinessig 1) 11)	12 ml	12 ml	24 ml
Honig	8 g	8 g	16 g
Rinderhüftsteaks	250 g	375 g	500 g
Schmand 5)	150 g	150 g	150 g
Öl* für Schritt 1, 2, 3 und 5	je 1 EL	je 1½ EL	je 2 EL
Wasser* für Schritt 5	50 ml	75 ml	100 ml
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.

DURCHSCHNITTLLICHE NÄHRWERTE PRO (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)	100 g	PORTION (ca. 700 g)
Brennwert	484 kJ/116 kcal	3.293 kJ/787 kcal
Fett	5 g	36 g
- davon ges. Fettsäuren	1 g	5 g
Kohlenhydrate	9 g	59 g
- davon Zucker	5 g	33 g
Eiweiß	5 g	37 g
Salz	1 g	1 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) Glutenthaltiges Getreide 5) Milch 11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland

f i y p #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