



Rinderstreifen mit Brokkoli

in cremiger Kräuter-Sauce und Pasta



20-30Min.



2 Personen

Ein klassisches Pastagericht, auf das sich alle einigen können! Die Maccheroni werden mit einer cremigen Frischkäse-Kräuter-Sauce und Brokkoli vermischt, dazu gibt es saftig-zarte Rindersteakstreifen, die in der Pfanne angebraten werden. Schnell und gut!

Was du von uns bekommst

- 1 Brokkoli
- 1 Zwiebel
- 1 Rinderbrühwürfel
- 1 Packung Rindergeschnetzeltes
- 30g frische Petersilie, Schnittlauch & Dill
- 150g Frischkäse ⁷
- 250g Maccheroni ¹

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Weizenmehl ¹

Küchenutensilien

- große Pfanne
- großer Kochtopf
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Gluten (1), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 885.0kcal, Fett 38.0g, Eiweiß 50.4g, Kohlenhydrate 82.9g



1. Brokkoli schneiden

In einem großen Topf ausreichend leicht gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Währenddessen den **Brokkoli** in ca. 1-2cm große Röschen schneiden.



2. Kräuter vorbereiten

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Die **Petersilie samt Stängeln** fein hacken. Den **Schnittlauch** in feine Röllchen schneiden. Die **Dillspitzen** von den Stängeln zupfen und ebenfalls fein hacken.



3. Pasta und Brokkoli kochen

Die **Pasta** im kochenden Wasser in ca. 10-12Min. al dente kochen. In den letzten ca. 4-6Min. der Kochzeit den **Brokkoli** hinzufügen und mitkochen lassen. Mit einem Messbecher 150-200ml **Pastawasser** abschöpfen, dann den **Brokkoli** und die **Pasta** in ein Sieb abgießen, kurz kalt abschrecken und abtropfen lassen.



4. Fleisch braten

Die **Rindfleischstreifen** vor dem Braten mit Küchenkrepp trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Ca. 1EL Olivenöl in einer großen Pfanne hoch erhitzen und das **Fleisch** ca. 1-2Min. scharf anbraten. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.



5. Sauce ansetzen

Die **Zwiebeln** in derselben Pfanne auf mittlerer Hitze ca. 1-2Min. glasig andünsten, dann mit 1EL Mehl bestäuben und mit **150-200ml Pastawasser** ablöschen. Den **Brühwürfel** hineinbröseln, mit Salz und Pfeffer würzen und die **Sauce** ca. 3Min. einköcheln lassen.



6. Sauce fertigstellen

Den **Frischkäse** untermischen und die **Sauce** mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Kräuter** unterrühren und die **Pasta**, den **Brokkoli** und die **Rindfleischstreifen** mit der **Sauce** vermengen. Noch einmal alles warm werden lassen und dann sofort servieren.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.     **#marleyspooning**