

MARLEY SPOON



Saftige Schweinerückensteaks

mit Djuvec-Reis und bunter Paprika



30-40Min.



3-4 Personen

Wir treiben es mal wieder bunt! Mit herzhaftem Djuvec-Reis und farbenfrohem Paprikagemüse holen wir dir die Vielfalt und Würze des Balkans direkt auf den Teller. Dazu gibt es saftig-zarte Schweinerückensteaks. Was will man mehr?

Was du von uns bekommst

- 1 gelbe Paprika
- 2 rote Paprika
- 2 Zwiebeln
- 2 Dosen Tomatenmark
- 1 Rinderbrühwürfel
- 300g Basmatireis
- 2 Päckchen Gulaschgewürz
- 1 Packung Schweinerückensteak
- 1 Päckchen „Tante Mizzis Bratengewürz“

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- mittelgroßer Kochtopf mit Deckel
- große Pfanne
- Messbecher

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

Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 671.0kcal, Fett 21.3g, Eiweiß 43.3g, Kohlenhydrate 72.4g



1. Gemüse vorbereiten

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in dünne Streifen schneiden. Die **Zwiebeln** schälen und halbieren, **zwei Hälften** in feine Würfel, die **anderen beiden Hälften** in Streifen schneiden.



4. Fleisch vorbereiten

Das **Fleisch** mit Küchenkrepp trocken tupfen, mit einem schweren Pfannenboden ca. 1cm dünn plattieren und nach Wunsch halbieren. Mit Salz würzen und in einer großen Pfanne mit 1-2EL Olivenöl bei starker Hitze auf jeder Seite ca. 2Min. scharf anbraten. Die **Steaks** kräftig mit Pfeffer würzen, aus der Pfanne nehmen und auf einem Teller abgedeckt ruhen lassen.



2. Reis vorbereiten

Die **Zwiebelwürfel** in einem mittelgroßen Topf mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 2-3Min. anschwitzen. Das **Tomatenmark** und 800ml Wasser hinzugeben und den **Brühwürfel** darin auflösen. Mit Salz würzen und alles 1-2Min. köcheln lassen.



5. Paprikagemüse zubereiten

Die **Paprika** und die **Zwiebelstreifen** in derselben Pfanne bei starker Hitze ca. 4-5Min. scharf anbraten, dabei etwas Wasser zugeben, falls das **Gemüse** zu schnell röstet. Mit Salz und Pfeffer würzen.



3. Reis zubereiten

Den **Reis** und das **Gulaschgewürz** unterrühren und alles abgedeckt bei niedriger Hitze ca. 12-15Min. sanft köcheln lassen, dabei gelegentlich umrühren. Falls nötig, etwas mehr Wasser zugeben. Den Topf vom Herd nehmen und den **Reis** noch 5Min. abgedeckt ziehen lassen.



6. Fleisch würzen

Das **Fleisch** mit ca. **1EL Bratengewürz** verfeinern. Den **Reis** erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit dem **Paprikagemüse** und den **Steaks** anrichten und 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**