

## Saftiges Rindersteak mit Erdäpfeln und Bruschetta-Salsa



30-40min



4 Personen

Zu einem saftigen Rindersteak servierst du heute knusprige Erdäpfel und Zucchini, die sich im Rohr fast von selbst zubereiten. Die herzhafteste Salsa aus frischen Paradeisern, Zwiebeln und Basilikum sorgt für den Extrakick Aroma. So schnell, so gut!

## Was du von uns bekommst

- Knoblauchzehe
- Skirt Steak
- Tomaten
- Zucchini
- rot Zwiebel
- Kartoffelnetz
- frischer Basilikum

## Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Zucker

## Küchenutensilien

- Auflaufform
- Backblech
- Backpapier
- Backofen mit Umluftfunktion
- Pfanne

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

### Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

### Inhaltsangaben pro Portion

Energie 586kcal, Fett 25.3g,  
Kohlenhydrate 45.1g, Eiweiß 40.0g



### 1. Erdäpfel vorbereiten

Das Rohr auf 220°C Umluft (240°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Erdäpfel** in ca. 2-3cm dicke Spalten schneiden und mit 1EL Olivenöl, 2 Prisen Salz und etwas Pfeffer würzen.



### 2. Erdäpfel zubereiten

Die **Erdäpfel** nun auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und im Rohr ca. 15-20Min. goldbraun werden lassen.



### 3. Zucchini vorbereiten

Die Enden der **Zucchini** links und rechts abschneiden, längs vierteln, in ca. 2cm große Würfel schneiden und ebenso mit etwas Olivenöl und Salz einreiben. Anschließend zu den **Erdäpfeln** mit auf das Backblech geben.



### 4. Salsa vorbereiten

Die **Paradeiser** vierteln und vom Kerngehäuse befreien, in kleine Würfel schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und eine Hälfte in feine Würfel schneiden. Die übrige **Zwiebel** wird nicht weiterverwendet. Den **Knoblauch** schälen und klein schneiden.



### 5. Steak braten

In einer großen Pfanne 1EL Olivenöl erhitzen und die **Steaks** von jeder Seite ca. 1-2Min. goldbraun anbraten, dann in eine Auflaufform geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Für ca. 5-10Min. mit in das Rohr geben und bis zum gewünschten Garpunkt backen. Je nach Dicke des **Fleischs** kann dieser variieren.



### 6. Salsa fertigstellen

Zum Schluss die **Basilikumblätter** in dünne Streifen schneiden und mit den **Zwiebelwürfeln, Paradeiserwürfeln** und nach Geschmack mit dem **Knoblauch** miteinander vermengen und mit 2-3EL Olivenöl, etwas Essig, Salz, Zucker und Pfeffer nach Geschmack abschmecken. **Fleisch** mit **Erdäpfeln** und **Salsa** anrichten.