

# Rinderfiletspitzen mit Chimichurri auf Salat mit Passionsfrucht-Dressing, dazu gratinierte Kartoffeln

Thermomix hilft • 863 kcal • Tag 5 kochen

31



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate



Kartoffeln (Drillinge)



Rinderfiletspitzen,  
mariniert



Gewürzmischung  
„Hello Patatas“



geriebener Hartkäse



Petersilie



Oregano



rote Chilischote



bunte Kirschtomaten



Knoblauchzehe



Salatmischung



Passionsfrucht



Zitrone, gewachst



rosa Pfefferkörner

**thermomix**

⏱ 35 [35 | 40] Min.

🕒 40 [40 | 45] Min.

**Gut im Haus zu haben**

Salz\*, Pfeffer\*, Öl\*, Wasser\*, Zucker\*

# Los geht's

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

## Kochutensilien

Thermomix®, 1 Gemüsereibe, 1 Auflaufform, 1 Backblech mit Backpapier, 1 große Pfanne, 1 kleine Schüssel und 1 große Schüssel

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Kartoffeln (Drillinge)	500 g	800 g	1000 g
Rinderfiletspitzen, mariniert	250 g	500 g	500 g
Gewürzmischung „Hello Patatas“	4 g	6 g	8 g
geriebener Hartkäse <b>7</b> <b>8</b> )	40 g	60 g	80 g
Petersilie/Oregano	10 g	10 g	20 g
rote Chilischote <b>NL</b>	1	1	1
bunte Kirschtomaten	150 g	200 g	300 g
Knoblauchzehe <b>ES</b>	1	1	2
Salatmischung	100 g	150 g	200 g
Passionsfrucht <b>CO</b>   <b>PE</b>	1	1	2
Zitrone, gewachst <b>UY</b>   <b>RS</b>   <b>ES</b>   <b>AR</b>   <b>TR</b>	1	1	1
rosa Pfefferkörner	2 g	2 g	4 g
Öl*, Zucker*, Wasser*	Angaben im Text		
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

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 670 g)
Brennwert	539 kJ/129 kcal	3611 kJ/863 kcal
Fett	7,45 g	49,91 g
– davon ges. Fettsäuren	1,47 g	9,83 g
Kohlenhydrate	8,83 g	59,18 g
– davon Zucker	2,25 g	15,08 g
Eiweiß	6,40 g	42,85 g
Salz	0,258 g	1,730 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:** **7**) Milch (einschließlich Laktose) **8**) Eier

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

**Ursprungsländer:** **DE:** Deutschland **UY:** Uruguay **RS:** Serbien **ES:** Spanien **AR:** Argentinien **TR:** Türkei **CO:** Kolumbien **PE:** Peru **NL:** Niederlande



## Kartoffeln backen

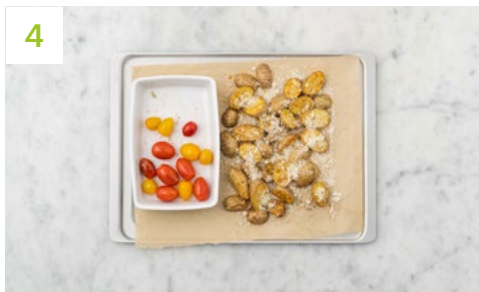
Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

Gewaschene **Drillinge** schräg halbieren.

**Drillinge** in einer großen Schüssel mit **Gewürzmischung „Hello Patatas“**, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** vermengen, auf einem mit Backpapier belegten Backblech ausbreiten und 20 Min. im Ofen backen.

Große Schüssel beiseite stellen.

Während die **Kartoffeln** backen, **Kirschtomaten** in eine Auflaufform geben und mit dem Rezept fortfahren.



## Tomaten backen

Nach Ablauf der Garzeit **Kartoffeln** zurück in die Schüssel aus Schritt 1 geben und mit **geriebenem Hartkäse** vermengen.

**Kartoffeln** samt **Käse** zurück auf das Backblech geben, Auflaufform mit **Tomaten** daneben stellen und alles zusammen 10 Min. backen, bis die **Tomaten** leicht aufgeplatzt sind.

Währenddessen fortfahren.

### Chilischote

Geh behutsam bei der Dosierung um, da unsere Chilischote im Schärfegrad variieren kann. Gegen Capsaicin, den scharfen Wirkstoff in Chilischoten, helfen fettlösliche Lebensmittel wie Milch und Käse.



## Kleine Vorbereitungen

Blätter vom **Oregano** zupfen.

**Petersilie** in grobe Stücke schneiden.

**Chili** halbieren, entkernen und **Chilihälften** in ca. 2 cm lange Stücke schneiden (**Achtung: scharf!**).

**Zitrone** heiß abwaschen und 1 TL [1,5 TL | 2 TL] der Schale fein abreiben. **Zitrone** vierteln.

**Knoblauch** abziehen, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und zu den **Tomaten** in die Auflaufform geben. Alles mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\*** und 1 Prise **Salz\*** vermengen und kurz beiseitestellen.



## Rinderfiletspitzen braten

Eine große Pfanne ohne Zugabe von Fett erhitzen. **Rinderfiletstreifen** hinzufügen und rundum 2 – 3 Min. für rare, 3 – 4 Min. für medium und 4 – 6 Min. für well done anbraten.

**Dressing** aus dem Mixtopf in eine große Schüssel umfüllen.

**Salat** zugeben und marinieren.

**Tipp:** Du kannst das Dressing auch durch ein feines Sieb in eine Schüssel geben, sodass die Passionsfruchtkerne zurückbleiben.



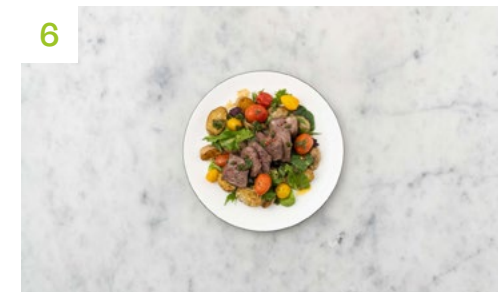
## Chimichurri & Dressing

**Kräuter**, **rosa Pfefferkörner** nach Geschmack, **Chili**, **Saft** von 1 [1,5 | 2] **Zitronenspalte**, **Zitronenabrieb**, 30 g [50 g | 70 g] **Öl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** in den Mixtopf geben und **10 Sek./Stufe 8** vermischen.

**Chimichurri** in eine kleine Schüssel umfüllen.

**Passionsfrucht** halbieren und das Innere mit einem Löffel in den Mixtopf kratzen.

20 g [30 g | 40 g] **Öl\***, 20 g [30 g | 40 g] **Wasser\***, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Zucker\*** zugeben und **10 Sek./Stufe 6** pürieren.



## Anrichten

**Kartoffeln**, **Kirschtomaten** und **Salat** auf tiefen Tellern anrichten.

**Rinderfiletspitzen** darauf anrichten und nach Belieben mit **Chimichurri** und evtl. restlichen **rosa Pfefferkörnern** toppen.

## Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:  
Lade Deine Freunde jetzt mit  
einem frischen Einstiegsrabatt von  
mind. 54,99 € ein!  
<http://www.hellofresh.de/freunde>

