



Rindergeschnetzeltes in Rosmarinsoße,

dazu Ofenkartoffeln und Feldsalat mit Birne



HELLO FELDSALAT

Er gehört zu den wenigen Gemüsesorten, die im Winter Saison haben und am besten bei kühleren Temperaturen gedeihen.



Rindergeschnetzeltes



Kartoffel (Drillinge)



Feldsalat



Birne



Frühlingszwiebel



Zitrone



Rosmarin



Sahne



Karotte



Balsamico-Crème

35 Minuten

Stufe 2

Neuentdeckung

Tag 1-5 kochen

Vorhang auf für unser Lieblingsgemüse der Woche: den Feldsalat! Kombiniert mit knusprigen Bratkartoffeln aus dem Ofen passt dieses wunderbar herzhaftes Gericht ganz hervorragend in den Winter und ist perfekt für die kühleren Tage geeignet. Die große Portion **Ballaststoffe** hält Dich außerdem lange satt und glücklich. Lass es Dir schmecken!

LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse**, **Kräuter** und **Fleisch** ab und tupfe das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken. Heize den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor. Zum Kochen benötigst Du außerdem **1 große Pfanne**, **Backpapier**, ein **Backblech**, eine **Gemüsereibe** und **1 große Schüssel**.



1 KARTOFFELN BACKEN

Ungeschälte **Kartoffeln** in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Weißen und grünen Teil der **Frühlingszwiebel** getrennt voneinander schräg in Ringe schneiden. **Kartoffelscheiben** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen, mit 1 EL [2 EL] **Olivenöl**, etwas **Salz** und **Pfeffer** vermischen und auf der mittleren Schiene im Backofen 20 – 25 Min. backen, in dieser Zeit 2-mal wenden. Für die letzten 5 Min. der Backzeit **weiße Frühlingszwiebelringe** unter die **Kartoffelscheiben** mischen.



4 DRESSING VORBEREITEN

In eine große Schüssel ½ EL [1 EL] **Zitronensaft** pressen, mit 1 EL [2 EL] **Olivenöl**, etwas **Salz** und **Pfeffer** zu einem **Dressing** verrühren.



2 ZITRONENSCHALE ABREIBEN

Schale der **Zitrone** abreiben. **Zitrone** halbieren.



5 SALAT ZUBEREITEN

Karotte schälen und grob in das **Dressing** reiben. **Birne** halbieren, entkernen und ebenfalls grob zu den **Karotten** reiben. **Feldsalat** mit geraspelter **Karotte**, **Birne** und **Dressing** vermischen.



3 FÜR DAS GESCHNETZELTE

In einer großen Pfanne ½ EL [1 EL] **Öl** erhitzen, **Rindergeschnetzeltes** darin 3 – 4 Min. scharf anbraten. **Rosmarin** und etwas **Zitronenschale** zugeben, Hitze reduzieren und alles mit **Sahne** ablöschen. **Soße** für ca. 5 Min. leicht einköcheln lassen und mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken. Anschließend **Rosmarin** aus der **Soße** entfernen.



6 ANRICHTEN

Bratkartoffeln auf Teller verteilen, **Rindergeschnetzeltes** mit **Rosmarinsoße** dazu anrichten, **grüne Frühlingszwiebelringe** darüberstreuen. **Feldsalat** mit **Balsamico-Crème** beträufeln und zusammen genießen.

2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	4P
Kartoffel (Drillinge)	500 g	1000 g
Frühlingszwiebel IT	1	2
Zitrone ES	½ ☉	1
Rindergeschnetzeltes	280 g	560 g
Rosmarin IL	1 Zweig	2 Zweige
Sahne 7)	200 g	400 g
Karotte NL	1	2
Birne NL	1	2
Feldsalat	75 g	150 g
Balsamico-Crème 1) 12)	12 ml	24 ml

(Oliven-)Öl*, Salz*, Pfeffer*

* Gut, im Haus zu haben [bei 4 Personen Menge in Klammern].
☉ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 700 g)
Brennwert	379 kJ/91 kcal	2781 kJ/665 kcal
Fett	4 g	27 g
- davon ges. Fettsäuren	2 g	14 g
Kohlenhydrate	9 g	65 g
- davon Zucker	3 g	22 g
Eiweiß	6 g	40 g
Ballaststoffe	2 g	9 g
Salz	1 g	1 g

ALLERGENE

1) Weizen 7) Milch 12) Schwefeldioxid und Sulfite

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

URSPRUNGSLÄNDER

ES: Spanien, IL: Israel, IT: Italien, NL: Niederlande

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at

Guten Appetit!