



# Schweinesteak mit Schnittlauchbutter,

selbstgemachten Pommes und Little-Gem-Salat



## HELLO SCHNITTLAUCH

Schnittlauch in Kräuterbutter kommt nicht von ungefähr! Das Sommerkraut gehört zu den französischen „Fines Herbes“, die zu Fleisch dazu gehören.



Schweinelachssteak



festk. Kartoffeln



Tomate



mittelscharfer Senf



Schnittlauch



Little-Gem-Salat



Pommesgewürz

30 Minuten

Stufe 2

Neuentdeckung

leichter Genuss

leichter Genuss

Tag 1-5 kochen

Wenn Du Klassiker liebst, wirst Du Dich besonders über diesen kulinarischen Gruß aus Frankreich freuen! Dein auf den Punkt angebratenes Steak bekommt von selbstgemachten Pommes und einem knackigen Salat Gesellschaft. Das i-Tüpfelchen auf dem Schweinesteak ist die Schnittlauchbutter, die Du im Handumdrehen zubereitet hast. Sie sorgt für das gewisse Etwas, das Deinen Gaumen verwöhnen wird. Lass Dir dieses **protein-** und **ballaststoffreiche** Gericht schmecken.

Wasche **Gemüse, Kräuter** und **Fleisch** ab und tupfe das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken.  
Heize den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Unterhitze (**180 °C** Umluft) vor. Zum Kochen benötigst Du außerdem **2 große Schüsseln**, **Backpapier**, ein **Backblech**, **1 kleine Schüssel**, **Küchenpapier** und **1 große Pfanne**.



## 1 OFENPOMMES ZUBEREITEN

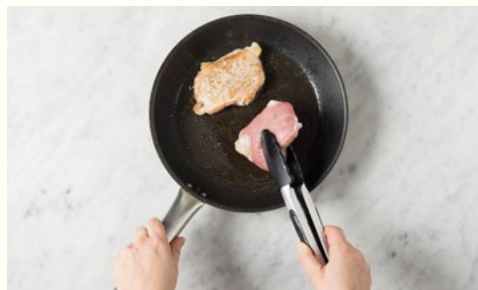
**Kartoffeln** schälen und in ca. 1 cm breite Streifen (Pommes) schneiden und gleichmäßig auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen. Mit 2 EL [4 EL] **Olivenöl** beträufeln, mit **Pommesgewürz** vermischen und auf der mittleren Schiene im Backofen 25 – 30 Min. knusprig backen. In dieser Zeit 2- bis 3-mal wenden.



## 2 FÜR DIE SCHNITTLAUCHBUTTER

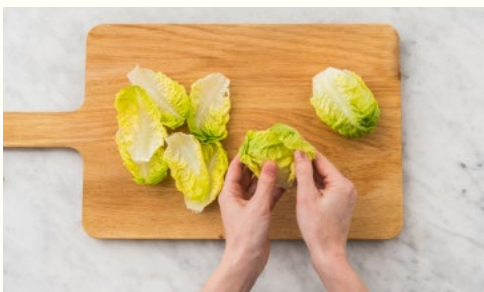
**Schnittlauch** in feine Röllchen schneiden. In einer kleinen Schüssel 2 EL [4 EL] weiche **Butter** mit **Schnittlauchröllchen** mischen. Mit etwas **Salz** und **Pfeffer** würzen.

★ **TIPP:** *Schnittlauchbutter auf ein Stück Backpapier geben und einrollen. Ab damit in den Kühlschrank, so kannst Du später die Butter besser in Scheiben schneiden.*



## 3 STEAKS BRATEN

**Schweinelachssteaks** mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. In einer großen Pfanne 1 EL [2 EL] **Öl** bei mittlerer Hitze erwärmen, **Steaks** darin von beiden Seiten 3 – 4 Min. anbraten. Pfanne vom Herd nehmen und **Steaks** ein wenig ruhen lassen.



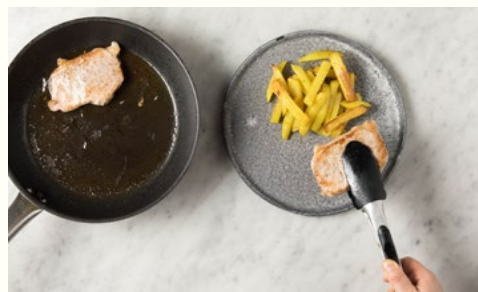
## 4 SALAT SCHNEIDEN

**Salatblätter** abzupfen und in ca 0,5 cm breite Streifen schneiden.



## 5 SALAT MIT DRESSING MISCHEN

In einer großen Schüssel 2 EL [4 EL] **Olivenöl**, 1 EL [2 EL] (Weißwein-)Essig, Senf, eine Prise **Salz** und **Pfeffer** verrühren. **Tomaten** halbieren, Strunk entfernen und **Tomatenhälften** in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Zusammen mit dem Little-Gem-Salat ins **Dressing** geben, vermengen und bis zum Anrichten ziehen lassen.



## 6 ANRICHTEN

**Pommes** und **Salat** auf Teller verteilen, **Steaks** dazu anrichten. **Schnittlauchbutter** in Scheiben schneiden, auf die noch heißen **Steaks** legen und genießen.

# 2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	4P
Schweinelachssteak	2	4
festk. Kartoffeln	600 g	1200 g
Tomate	2	4
mittelscharfer Senf 10)	10 ml	20 ml
Schnittlauch	10 g	20 g
Little-Gem-Salat	2	4
Pommesgewürz 15)	4 g	8 g

Salz\*, Pfeffer\*, Butter\* 7), (Oliven-)Öl\*, (Weißwein-)Essig\*

\* 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	374 kJ/89 kcal	2660 kJ/633 kcal
Fett	5 g	29 g
- davon ges. Fettsäuren	2 g	10 g
Kohlenhydrate	8 g	53 g
- davon Zucker	2 g	8 g
Eiweiß	6 g	39 g
Ballaststoffe	1 g	8 g
Salz	1 g	1 g

### ALLERGENE

7) Milch 10) Senf 15) kann Spuren von Allergenen enthalten

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

### URSPRUNGLÄNDER

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

Instagram Twitter Facebook #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!