



Rundvlees met salietomaten

op zoeteaardappelpuree met wortel



20-30min



2 personen

De feestdagen zijn voorbij, maar dat betekent niet dat we geen feestelijke gerechten meer op tafel mogen zetten. Maak daarom deze bavette met boterige salietomaten op zoeteaardappelpuree met wortel. Heerlijk decadent en toch met een goeie portie groenten. En vergeet vooral niet om voor het serveren de gebruide boter eroverheen te druppelen.

Wat je van ons krijgt

- 1 zoete aardappel
- 2 wortels
- 2 tomaten
- 10g verse salie
- 1 teen knoflook
- 1x bavette
- 1 kuipje crème fraîche ⁷

Wat je thuis nodig hebt

- boter ⁷
- olijfolie
- peper en zout

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan met deksel
- aardappelstamper
- dunschiller
- zeef of vergiet

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 746kcal, vet 50.9g, koolhydraten 35.9g, eiwit 32.5g



1. **Gemüse kochen**

Die **Süßkartoffel** und die **Karotten** schälen und in ca. 2cm große Stücke schneiden. In einem mittelgroßen Topf mit ausreichend gesalzenem Wasser bedecken, zum Kochen bringen und in 10-15Min. weich kochen.



4. **Gemüse stampfen**

Mit einer Tasse etwas **Kochwasser** abschöpfen, dann das **Gemüse** in ein Sieb abgießen. Das **Gemüse** zurück in den Topf geben und mit der **1/2 der Crème fraîche** zu einem cremigen **Püree** stampfen. Wer mag, kann etwas **Kochwasser** oder/und mehr **Crème fraîche** hinzugeben. Den **Stampf** mit Salz und Pfeffer abschmecken.



2. **Tomaten schneiden**

Die **Tomaten** vierteln, entkernen und in dünne Streifen schneiden. Die **Salbeiblätter** von den Stängeln zupfen und längs halbieren. Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheibchen schneiden.



5. **Salbei braten**

2EL Butter in der Pfanne bei mittlerer Hitze erwärmen und schmelzen lassen, bis die Butter leicht braun wird. Die Hälfte der geschmolzenen Butter aus der Pfanne nehmen und aufbewahren. Den **Salbei** und den **Knoblauch** in die Pfanne geben und ca. 30Sek. braten.



3. **Fleisch garen**

Das **Fleisch** trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze auf der Fettseite 2-4Min. scharf anbraten. Wenden und weitere 2-4Min. braten, je nach Dicke des **Fleisches**. Die Hitze reduzieren und das **Fleisch** 1-3Min. abgedeckt garen, je nachdem, ob es medium oder durch sein soll. Abgedeckt auf einem Teller ruhen lassen.



6. **Tomaten mitbraten**

Die **Tomaten** dazugeben, in der **Salbei-Knoblauch-Butter** schwenken und mit Salz und Pfeffer würzen. Den **Süßkartoffel-Karotten-Stampf** auf Teller verteilen und etwas glatt streichen. Das **Fleisch** quer zur Faser in Tranchen schneiden und mit den **Salbei-Tomaten** auf dem **Stampf** anrichten. Mit der restlichen Butter beträufeln und servieren.