



Rundvlees met tomaten-basilicumsalsa

met aardappels en courgette uit de oven



30-40min



2 personen

Een goeie steak met gebakken aardappels is eigenlijk altijd een schot in de roos. Zeker als je er ook nog eens een heerlijke tomaten-basilicumsalsa bij maakt en wat extra groenten meeroostert met de aardappels. Simpel maar doeltreffend.

Wat je van ons krijgt

- 1 netje vastkokende aardappels
- 1 courgette
- 2 tomaten
- 1 rode ui
- 1 teen knoflook
- 10g verse basilicum
- 1x bavette

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan met deksel

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

Allergenen

Kan sporen van allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 601kcal, vet 30.9g,
koolhydraten 47.6g, eiwit 33.4g



1. Aardappels voorbereiden

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Snijd de **aardappels** in parten en hussel ze om met 1el olijfolie en een snuf zout en peper.



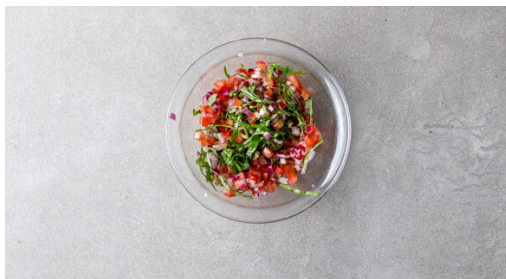
2. Aardappels roosteren

Verdeel de **aardappels** over een bakplaat met bakpapier en rooster ze in 15-20min goudbruin en gaar in de oven.



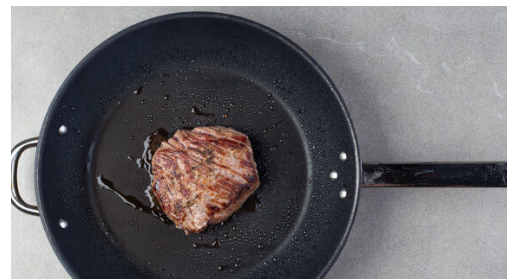
3. Courgette snijden

Snijd de **courgette** in de lengte in vieren en dan in blokjes. Hussel om met 1tl olijfolie en een snuf zout en verdeel over de bakplaat met **aardappels**. Gaar mee tot het einde van de baktijd.



4. Salsa maken

Snijd de **tomaten** in kleine blokjes. Pel en hak de **ui** en **knoflook** fijn. Hak de **basilicum incl. steeltjes** fijn en meng met de **tomaat, ui** en **knoflook naar wens**. Breng de **salsa** op smaak met 2tl olijfolie, 1tl azijn en een snuf zout, peper en suiker.



5. Vlees braden

Dep het **vlees** droog en wrijf het in met zout en peper. Verhit een middelgrote koekenpan op hoog vuur met 1el olijfolie en braad het **vlees** 2-4min met de vetkant naar onder. Draai het om en braad nog 2-4min (afhankelijk van de dikte). Zet het vuur lager, doe een deksel op de pan en gaar nog 1-3min, afhankelijk van hoe doorbakken je het **vlees** wilt. Neem uit de pan en laat afgedekt rusten.



6. Vlees snijden

Snijd het **vlees** in plakken en serveer met de **ovengroenten** en de **salsa**.