



V2: Biologische biefstuk met tahindip

met geroosterde groenten en hazelnoten



ca. 35min



2 personen

Bij Marley Spoon verrassen we je graag met spannende combinaties. Bijvoorbeeld door een traditionele (biologische) biefstuk te combineren met tahin, een sesamzaadpasta die veel wordt gebruikt in gerechten uit het Midden-Oosten. Vandaag maak je zelf een heerlijk romige tahindip. Erbij serveer je een kleurrijk wortelpalet en aardappeltjes uit de oven en je maakt het af met een garnering van gehakte hazelnoot.

Wat je van ons krijgt

- 1 zakje vastkokende aardappels
- 1 teen knoflook
- 1 pastinaak
- 2 paarse wortels
- 1 gele wortel
- 1 zakje vadouvan-mix ¹⁰
- 25g tahin ¹¹
- 25g hazelnoten ¹⁵
- 2 biologische kogelbiefstukken

Wat je thuis nodig hebt

- 2el mayonaise ³
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan

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

Allergenen

eieren (3), mosterd (10), sesamzaad (11), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 831kcal, vet 47.5g, koolhydraten 56.0g, eiwit 41.1g



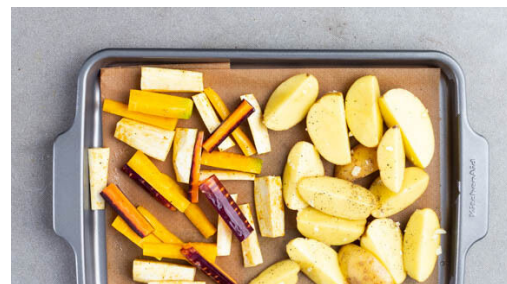
1. Aardappels voorbereiden

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Snijd de **aardappels incl. schil** in ca. 2cm brede partjes. Pel de **knoflook** en snijd fijn. Hussel de **aardappels** om met de **knoflook**, een ½el olijfolie en een ½tl peper en zout en leg ze op 1 helft van een bakplaat met bakpapier.



4. Noten roosteren

Verhit een middelgrote droge koekenpan op middelhoog vuur en rooster de **hazelnoten** in 1-2min goudbruin. **Let op:** ze kunnen snel verbranden. Haal de **hazelnoten** uit de pan om af te koelen, hak ze grof en zet opzij. Bewaar de pan.



2. Groenten roosteren

Schil de **pastinaak** en de **wortels**, halveer ze in de lengte en snijd in ca. 5cm lange staafjes. Hussel de **groenten** om met de **helft van de kruidenmix**, een ½el olijfolie en een flinke snuf peper en zout en leg ze op de andere helft van de bakplaat. Schuif in de oven en bak de **groenten** in 20-25min goudbruin en gaar.



5. Vlees bakken

Dep het **vlees** droog en wrijf het in met een snuf peper en zout. Verhit de gebruikte koekenpan met 1el olijfolie op hoog vuur. Braad het **vlees** 2-3min per kant afhankelijk van of je het medium of well-done wilt. Schep uit de pan en laat afgedekt rusten op een bord.



3. Dip maken

Roer een **dip** van de **tahin**, 2el mayonaise, 1el water en 1tl azijn. Breng op smaak met peper en zout.



6. Vlees snijden

Snijd het **vlees** tegen de draad in in plakken. Verdeel de **aardappels, groenten** en **tahindip** over de borden en schik het **vlees** erbovenop. Garneer met de **gehakte hazelnoten** en serveer.