



Steak met smoky paprikarelish

en Mediterraanse ovengroenten



30-40min



2 personen

Het geheim van de relish die je vandaag maakt, is de paprika. Door 'm eerst te blakeren in de oven, krijgt 'ie gelijk veel meer smaak. Het gerookte paprikapoeder zorgt vervolgens voor die onmiskenbare rooksmaak en door een gebakken aardappeltje mee te pureren, krijgt je relish een heerlijke structuur. In combinatie met de geroosterde groenten en malse steak een succesnummer.

Wat je van ons krijgt

- 2 biefstukken
- 1 rode paprika
- 20g verse kruidenmix: oregano, platte peterselie en rozemarijn
- 500g vastkokende aardappels
- 1 courgette
- 1 venkel
- 1 rode ui
- 1 teen knoflook
- 1 citroen
- 1 zakje gerookt paprikapoeder

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- oven met grillfunctie
- 2 bakplaten met bakpapier
- staafmixer met beker
- middelgrote koekenpan
- keukenrasp
- aluminiumfolie

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 685kcal, vet 31.0g, koolhydraten 66.3g, eiwit 34.8g



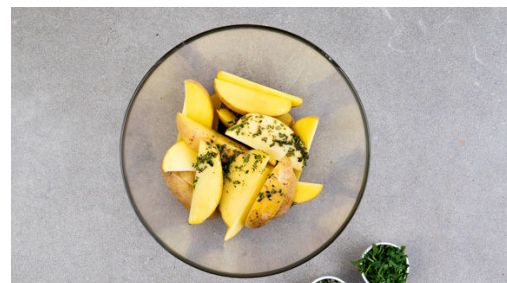
1. Paprika grillen

Verwarm de oven voor op 210°C met grillstand aan. Snijd de **paprika** doormidden en verwijder de kern. Wrijf de **paprikahelften** in met 1-2tl olijfolie en een snuf zout. Leg ze met het velletje naar boven op een bakplaat met bakpapier. Rooster de **paprika** ca. 10min in de oven tot het velletje licht geblakerd is.



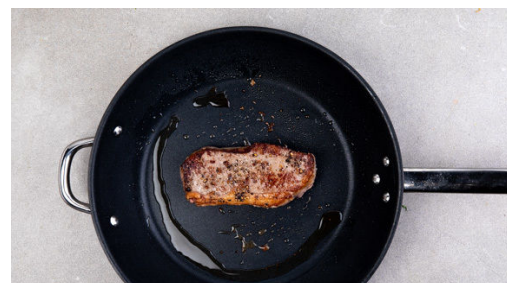
4. Groenten roosteren

Meng de **rest van de verse kruiden** met 1-2el olijfolie. Verdeel de **courgette**, de **venkel** en de **ui** over een tweede bakplaat met bakpapier. Hussel de **groenten** om met de **kruidenolie** en rooster ze 15-20min in de oven. Wissel de bakplaten halverwege om. Breng de **groenten** na het roosteren op smaak met peper en zout.



2. Aardappels roosteren

Pluk de blaadjes van de **peterselie** en de **oregano** en hak ze fijn. Hak de **rozemarijnaanalden** fijn en meng ze met 1el olijfolie en 1/4tl zout. Snijd de **aardappels** in partjes en verdeel ze over een bakplaat met bakpapier. Hussel om met de **rozemarijfolie** en rooster in 20-25min gaar en goudbruin.



5. Vlees braden

Dep de **biefstukken** droog en wrijf ze in met zout en peper. Verhit een middelgrote koekenpan met 1-2el olijfolie op hoog vuur. Bak het **vlees** 1-2min per zijde en leg het dan bij de **aardappeltjes** op de bakplaat. Bak 4-5min in de oven mee voor een **medium** garing. Wikkel het **vlees** in aluminiumfolie en laat rusten.



3. Groenten snijden

Snijd de **courgette** in schijfjes. Snijd de **venkel** in de lengte doormidden en dan in smalle ringen. Pel en halveer de **ui** en snijd hem in dunne, halve ringen. Pel en hak de **knoflook** grof.



6. Paprikarelish maken

Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit. Pureer de **paprika** met de **knoflook**, **1 aardappelpartje**, **1tl citroenrasp**, **1-2el citroensap** en 1-2el olie in een hoge (maat)beker glad. Breng de **relish** op smaak met zout, peper, **paprikapoeder** en evt. meer **citroensap**. Snijd het **vlees** in plakken en serveer het met de **ovengroenten** en de **paprikarelish**.