



Biefstuk op tomatenrisotto

en spinaziesalade met citroen



30-40min



2 personen

Vandaag sturen we je picanha, het staartstuk van het rund en vooral populair in Zuid-Amerika en Portugal. Het is vergelijkbaar met biefstuk, maar heeft wat meer vet en een meer uitgesproken smaak. Gecombineerd met romige risotto, tomaatjes uit de oven en een frisse spinaziesalade komt het uitstekend tot z'n recht.

Wat je van ons krijgt

- 1 blikje tomatenpuree
- 1 zakje kippenbouillonpoeder
- 1 ui
- 2 tenen knoflook
- 200g risottorijst
- 2 tomaten
- 10g verse kruidenmix: basilicum & tijm
- 2 blokjes harde kaas ⁷
- 1x picanha
- 1x babyspinazie

Wat je thuis nodig hebt

- boter ⁷
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven met ovenschaal
- kleine kookpan
- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- maatbeker
- fijne keukenrasp
- dunschiller of kaasschaaf

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 884kcal, vet 35.5g, koolhydraten 96.5g, eiwit 45.9g



1. Bouillon maken

Verwarm de oven voor op 180°C (160°C hetelucht). Doe de **tomatenpuree** en het **bouillonpoeder** met 800ml water in een kleine kookpan en breng het geheel aan de kook. Pel en hak de **ui** fijn. Pel en snijd de **knoflook** in plakjes.



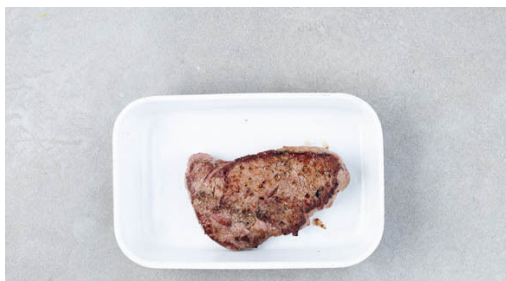
2. Risotto maken

Smelt 2el boter in een middelgrote kookpan op middelhoog vuur. Fruit de **ui** en de **helft van de knoflook** 1-2min. Bak de **rijst** ca. 1min mee en voeg een scheut **bouillon** toe. Kook al roerende tot het is opgenomen. Herhaal het toevoegen van de **bouillon** in delen tot de **rijst** beetgaar is. Dat duurt zo'n 18-20min. Breng op smaak met zout en peper.



3. Ingrediënten voorbereiden

Snijd de **tomaten** in kwarten, verwijder de pitjes en snijd de **tomaten** in reepjes. Rits de **tijm** van de takjes. Snijd de **basilicumblaadjes** in reepjes. Rasp **1 blokje kaas** fijn en schaf dunne plakjes van het **2e blokje**.



4. Vlees braden

Dep het **vlees** droog en wrijf het in met zout en peper. Verhit een middelgrote koekenpan op hoog vuur met 1el olijfolie. Braad het **vlees** in 1min per zijde stevig aan en leg het dan in een ovenschaal.



5. Vlees en tomaat bakken

Verhit 1el olijfolie in de gebruikte koekenpan en bak de **tomaat** en de **rest van de knoflook** ca. 1min. Voeg de **verse kruiden** en een flinke snuf zout en peper toe en lepel de **tomaatjes** over **vlees** in de ovenschaal. Plaats 5-6min in de oven voor een medium garing. Neem uit de oven en laat rusten.



6. Salade maken

Hussel de **spinazie** om met 1el olijfolie, 1el azijn en een snuf zout. Roer de **geraspte kaas** door de **risotto** en proef of je nog peper of zout wilt toevoegen. Snijd het **vlees** in plakken en serveer met de **tomaten** op de **risotto**. Bestrooi met de **kaasvlokken** en geef de **spinaziesalade** erbij.