



Biefstuk met gegrilde perzik

op een tatsoi-salade met amandelen



ca. 25min



2 personen

Haast niemand zegt nee tegen zo'n sappige biefstuk - maar de echte ster van de avond is de kleurrijke salade met verse tatsoi, wortel, komkommer en gegrilde perzik, die perfect samen gaat met de dressing van gember en sesamolie. Strooi er nog een paar knapperige amandelen over en het feest kan beginnen!

Wat je van ons krijgt

- 2 kogelbiefstukken
- 1 zakje Chinese vijfkruidenmix
- 1 wortel
- 1 komkommer
- 1 perzik
- 25g amandelschaafsel ¹⁵
- 1 stukje verse gember
- 1 zakje sesamolie ¹¹
- 1x tatsoi

Wat je thuis nodig hebt

- honing
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- middelgrote koekenpan
- grillpan
- keukenrasp

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

Allergenen

sesamzaad (11), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 521kcal, vet 30.0g, koolhydraten 26.7g, eiwit 35.0g



1. Vlees kruiden

Dep het **vlees** droog met keukenpapier en wrijf het rondom in met de **helft van de kruidenmix** en een flinke snuf zout. Zet opzij voor straks. **Tip:** voor het mooiste resultaat kun je de **biefstukken** het beste 20-30min voor het koken uit de koelkast halen om op kamertemperatuur te laten komen.



4. Biefstuk braden

Verhit de amandelpan met 1el olijfolie. Braad het **vlees** op hoog vuur 2-3min per kant, afhankelijk van of je het medium of well-done wil. Laat het **vlees** dan afgedekt rusten op een bord.



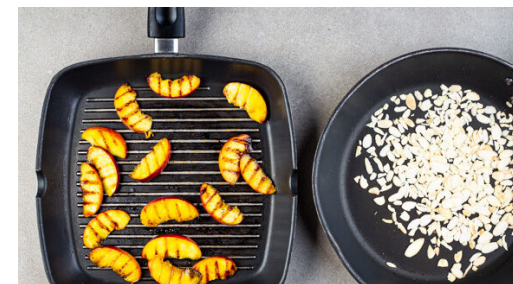
2. Ingrediënten voorbereiden

Schil of schrob de **wortel** en snijd deze met een dunschiller of kaasschaaf in dunne repen. Halveer de **komkommer** in de lengte en snijd in dunne plakjes. Halveer de **perzik**, verwijder de pit en snijd het vruchtvlees in 8 partjes. Meng deze met 1tl honing en 1tl olijfolie.



5. Dressing maken

Schil en rasp **3/4e van de gember**. Roer dit met de **sesamolie**, 2el olijfolie, 1tl honing en 1el azijn tot een **dressing**.



3. Perzik grillen

Verhit een middelgrote koekenpan zonder olie. Rooster het **amandelschaafsel** op middelhoog vuur in 1-2min goudbruin. Schep uit de pan om af te laten koelen. Verhit een grillpan of 2e koekenpan zonder olie en bak de **perziken** ca. 3min op hoog vuur.



6. Afmaken en serveren

Hussel de **tatsoi** om met **wortel**, **komkommer** en **perzik**. Snijd het **vlees** in schuine plakken en verdeel het **vlees** en de **salade** over de borden. Bedruppel met de **dressing** en garneer met het **amandelschaafsel**.