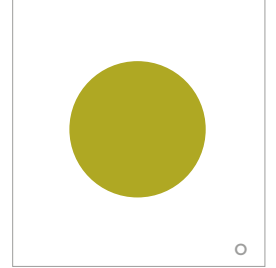




# Ryggbiff

med bearnaise aioli, gröna bönor och rosmarinspommes

35-45 minuter • PREMIUM



Potatis



Schalottenlök



Bladpersilja



Rosmarin



Vitlösklyfta



Dragon



Gröna Bönor



Aioli



Angus Ryggbiff

## Nu kör vi

Glöm inte att tvätta händerna i 20 sekunder innan du sätter igång. Skölj därefter grönsaker, frukt och örter. Var även noggrann med att tvätta händer och köksredskap direkt efter hantering av rått kött och rå fisk.

## Köksredskap

Bakplåt, stekpanna

## Skafferivaror

Salt, peppar, olivolja

## Ingredienser

	2 P	4 P
Potatis	500 g	1000 g
Rosmarin	1 kvist	1 kvist
Dragon	1 påse	1 påse
Bladpersilja	1 påse	1 påse
Schalottenlök	1 st	2 st
Vitlöksklyfta	2 st	4 st
Gröna bönor	150 g	300 g
Aioli <b>8)</b> <b>9)</b>	80 g	160 g
Angus ryggbiff	300 g	600 g

\*Skafferivaror

## Näringsvärde (Beräknat på otillagade ingredienser)

	Per 100 g	Per portion 554 g
Energi	596 kJ/142 kcal	3302 kJ/789 kcal
Fett	9 g	48 g
Varav mättat fett	2 g	12 g
Kolhydrat	9 g	52 g
Varav sockerarter	1 g	7 g
Protein	7 g	38 g
Fiber	1 g	6 g
Salt	0,2 g	0,9 g

## Allergener

**8)** Ägg **9)** Senap

Läs alltid på produktetiketten för den senaste informationen om allergener. Observera att näringsinformationen på receptkortet kan komma att ändras om ingredienser har bytts ut eller förändrats.



## Vi gillar feedback. Hör av dig!

SE +46 858 097 065 | hej@hellofresh.se  
2021-V22



## Baka pommes

Sätt ugnen på 240°C/220°C varmluft. Ta fram **kött** så det blir rumstempererat.

Skär oskalad **potatis** i ½ cm tunna pommes. Grovhacka **rosmarinsblad**.

Placera **potatis** på en plåt med bakplåtspapper och strö över **hackad rosmarin**. Krydda med **salt\*** och **peppar\*** och ringla över **olivolja\***. Vänd, och baka i 25-30 min.



## Stek ryggbiff

Hetta upp en skvätt **olivolja\*** i en stekpanna på hög värme när det återstår 10 min av **potatisens** baktid. Krydda **köttet** med **salt\*** och **peppar\***. Bryn **köttet** i 1 min på varje sida. Sänk värmen något och stek i 1-2 min på varje sida för medium rare. Låt **köttet** vila på en tallrik täckt med folie.

**TIPS:** Stek i ytterligare 1-2 min om du föredrar.

**VIKTIGT:** Steken kan ätas när den har fått en fin stekyta.

Hello dragon!

Namnet på dragon kommer från det persiska ordet "turkhum" som betyder "liten drake" på grund av dess ormliknande rötter.



## Förbered råvaror

Finhacka noggrant **dragon** och **persilja**.

Finhacka **schalottenlök**.

Finhacka eller pressa **vitlök**.

Ansa **bönor**.



## Stek gröna bönor

Hetta upp en skvätt **olivolja\*** i en ny stekpanna på medelhög värme. Tillsätt **gröna bönor**, krydda med **salt\*** och **peppar\*** och stek i 2 min.

Tillsätt **vitlök** och stek under omrörning i 1 min.



## Blanda bearnaise

Blanda **aioli**, **dragon**, **schalottenlök** och **persilja** i en skål. Smaka av med **salt\*** och **peppar\***.



## Servera

Servera **ryggbiff**, **rosmarinspommes** och **gröna bönor** på tallrikar. Skeda upp **bearnaise aioli** på **köttet**.

## Smaklig måltid!