Szűzpecsenye ropogós morzsával, aszalt gyümölcsökkel és színes sült zöldségekkel

50—60 Perc

Elkészítés

1 Mosd meg a burgonyát, és főzd meg sós vízben.

2 A brokkolit és a karfiolt szedd falatnyi virágokra. A sárgarépát hámozd meg, és vágd 2-3 cm hosszú csíkokra.

3 Minden zöldséget külön-külön sós vízben blansírozz, majd jeges vízben hűtsd le..

4 Hámozd meg a főtt burgonyát, és vágd apró kockákra vagy golyókra.

5 Vágd félbe a marhahús szeleteket, és fűszerezd a steak fűszerrel. A 6 hússzeletet egy serpenyőben kevés olajon mindkét oldalá pirítsd meg. Ezután 170 °C-os sütőben 6 percig süsd.

6 Melegítsd elő a sütőt 240 °C-os felső hőfokra, és hagyd a húst közben pihenni.

7 Pirítsd meg a mandulát egy serpenyőben, amíg enyhén megpirul. A brokkolit, a karfiolt és a sárgarépát egy serpenyőben vajon futtasd meg, és a serpenyős zöldségfűszerkeverékkel fűszerezd. Tálalás előtt szórd meg a mandulával.

8 A burgonyát egy serpenyőben olajban addig süsd, amíg egyenletesen meg nem barnul.

9 A kéreghez keverd össze az összes hozzávalót, és kend be a húst a keverékkel. Tedd egy olajjal kikent tűzálló tálba, és süsd néhány percig.

Összetevők 6 fő részére

= Kotányi Produkte

For the sirloin

3 pc..	Szűzpecsenye darabok, egyenként 320 g
3 tbsp	Steak fűszersó
1 ek	Napraforgóolaj

A ropogós morzsához

40 g	Puha vaj
75 g	Fehér kenyérmorzsa
2 ek	Apróra vágott aszalt gyümölcs (pl. sárgabarack, áfonya)
1 ek	Szeletelt petrezselyem
1 morzsolásnyi	Tengeri só, durva szemű
2 ek	Napraforgóolaj

A zöldségekhez

1 db	Brokkoli
1 db	Karfiol
3 db	Répa
3 tbsp	Serpenyős zöldségek fűszerkeverék
3 ek	Aprított mandula
1 ek	Vaj

A krumplihoz

4 db	Nagy burgonya puhára főzve
1 ek	Napraforgóolaj