

# REZEPTE

## Rindersteak mit Tomatensauce und Broccoli

180 g Rinderfilet

150 g Broccoli

80 g Tomaten

½ Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1 EL Olivenöl

Etwas Pfeffer, Kräutersalz und Basilikum

Rinderfilet beidseitig mit Olivenöl bestreichen sowie mit Pfeffer und Kräutersalz würzen.

Broccoli wie gewohnt zubereiten (dünsten).

Tomaten & Zwiebel in Würfel schneiden. 1 EL Olivenöl in einem kleinen Topf erhitzen. Zwiebeln glasig braten. Tomaten und 1 EL Basilikum hinzu geben. Knoblauchzehe pressen und untermischen. Zugedeckt köcheln lassen.

Steak in der Pfanne anbraten.

Das gebratene Steak auf den Teller geben, Sauce darüber gießen und den Broccoli dazu reichen.