



Biefstuk met champignonsaus, gebakken aardappels en balsamicotomaatjes

Stap 6

STAP 6

1 persoon

Dit recept bevat

1 portie groente | 1 portie eiwit | 1 portie aardappelen,
rijst, pasta | ½ portie zuivel

Ingrediënten

125 gr. biefstuk | 50 gr. aardappelen, gekookt | 125 gr. champignons | 125
gr. cherrytomaatjes | 25 gr. zuivelspread | verse bieslook | 1 teen knoflook,
geperst | 1 el olijfolie | peper

Bereiding

Verwarm de oven voor op 180 graden. Laat de biefstuk op kamertemperatuur
komen voordat je deze gaat bereiden. Kruid de biefstuk naar smaak.

Bak de aardappelen in een pan mooi bruin.

Snijd de champignons ondertussen in stukken en bak ze met de
knoflook in een aparte pan. Als de champignons beetgaar zijn,
voeg je de zuivelspread toe. Roer door elkaar.

Voeg de bieslook naar smaak toe door deze boven de pan te knippen.

Was de cherrytomaatjes en leg deze in een schaal. Meng met de
balsamicoazijn, olijfolie en een snufje peper en zet in de oven.
Wacht tot de cherrytomaatjes beginnen te scheuren.

Bak de biefstuk in een pan. De bereidingstijd is afhankelijk van de
dikte van de biefstuk en je persoonlijke voorkeur.