

# Steakpfanne mit Laugenbrezel

## Zutaten (für 2 Personen):

- 150 g grüne Bohnen
- 150 g rosa Champignons
- 0.5 Bund Frühlingszwiebeln
- 300 g (aus der Hüfte) Rindersteak
- 1 Laugenbrezel
- 1 unbehandelte Zitrone
- 20 g fein geriebener Parmesan
- 1 Fleischtomate
- Olivenöl
- Salz
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Bohnen putzen und halbieren, Champignons putzen, vierteln und die Frühlingszwiebeln in große Stücke schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Gemüse darin etwa 4 Minuten braten.

Inzwischen das Rindersteak in dünne Streifen schneiden, die Brezel klein schneiden und beides zum Gemüse in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und weitere 3 Minuten braten. Abrieb der Zitrone, Parmesan und 1 kräftigen Schuss Olivenöl dazugeben. Die Tomate halbieren, über der Pfanne ausdrücken und alles einmal kurz durchschwenken.

Quelle: Henssler schnelle Nummer (Verlag GU)

Sendung/Quelle: DAS!

Sendetermin: 10.03.2021

Koch/Köchin: Steffen Henssler

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)