

# Asiatischer Rindfleisch-Salat

**Für zwei Personen**

**Für den Rindfleisch-Salat:**

200 g Rinderfilet	100 g gemischte Salatblätter	100 g Cherry Tomaten
60 g Cashewnüsse	$\frac{1}{2}$ Salatgurke	$\frac{1}{2}$ rote Zwiebel
2 Frühlingszwiebeln	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander	$\frac{1}{2}$ Bund Minze
$\frac{1}{2}$ Bund Thaibasilikum	Salz	schwarzer Pfeffer

**Für das Dressing:**

2 kleine rote Chilischoten	1 EL frischer Ingwer	1 Limette
1 Knoblauchzehe	2 TL Sesamöl	1 TL Palmzucker
1 TL Fischsauce	1 TL Sojasauce	Salz, weißer Pfeffer

**Für die Garnitur:**

5 frische Korianderblätter	1 Kaffir-Limettenblatt	1 Beet asiatische Kresse
----------------------------	------------------------	--------------------------

Den Ofen auf 150 Grad Umluft vorheizen.

Für das Dressing die Limette halbieren und den Saft herauspressen. Den Limettensaft mit dem Palmzucker, der Fischsauce, dem Sesamöl und der Sojasauce vermischen. Die Knoblauchzehe abziehen, pressen und in das Dressing geben. Den Ingwer schälen und dazu reiben. Das Rinderfilet waschen und trocken tupfen. In der Hälfte des Dressings das Rinderfilet marinieren. Anschließend das Fleisch in einer Pfanne von beiden Seiten drei bis vier Minuten scharf anbraten und im Ofen für zehn Minuten weitergaren. Danach zehn Minuten ruhen lassen.

Die Tomaten waschen und halbieren. Die Gurke waschen, trocknen und in schmale Streifen schneiden. Die Zwiebel und die Frühlingszwiebeln abziehen und fein schneiden. Die Chilischoten der Länge nach anschneiden, von Kernen und Scheidewänden befreien und fein schneiden. Die Minze, das Basilikum und den Koriander waschen, trocknen, in schmale Streifen schneiden und alles zum Salat hinzufügen. Die Cashewkerne in der Pfanne anrösten, in einer Moulinette zerhacken und auch zum Salat hinzufügen.

Anschließend das Rinderfilet dünn aufschneiden und mit dem Salat und dem restlichen Dressing vermischen. Den Salat auf Tellern anrichten, mit Koriander, Kaffir-Limettenblatt und Kresse garnieren.

Viktoria Schünemann am 18. Mai 2015