

Rindfleisch-Salat mit Koriander, Minze und Reis

Für zwei Personen

2 Rinderfilets à 150 g	1 rote Paprika	2 rote Chilis
$\frac{1}{2}$ Gurke	2 Frühlingszwiebeln	1 rote Zwiebel
3 Limetten	150 g Jasminreis	125 ml Sojasauce
$\frac{1}{2}$ Bund Koriander	$\frac{1}{2}$ Bund Minze	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Reis waschen und in einen Topf geben. 300 ml Wasser hinzufügen und den Reis kochen lassen. Für das Fleisch Rinderfilets waschen, trocken tupfen und in einer Pfanne mit Olivenöl auf beiden Seiten für ca. 3 Minuten scharf anbraten. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen und beiseitelegen.

Für das Salatbett das Gemüse waschen, Gurke schälen und Kerngehäuse entfernen. Zwiebel abziehen und feinhacken. Von den Frühlingszwiebeln die äußere Schale abziehen und in feine Ringe schneiden. Paprika vom Kerngehäuse befreien und in grobe Stücke schneiden. Koriander und Minze waschen, trockenwedeln und einzelne Blätter zupfen.

Für die Sauce Limetten vierteln und in einem Mörser mit einem Stößel pressen. Die Chilis längs halbieren, vom Kerngehäuse befreien und in feine Ringe schneiden. Limetten mit Sojasauce, Minzblättchen und Chilis vermischen.

Das Rinderfilet in dünne Streifen schneiden und mit dem Gemüse und der Sauce vermengen. Den Rindfleisch-Salat mit Koriander, Minze und Reis auf einem Teller anrichten und servieren.

Liberty Solomon-Ehrich am 18. Januar 2016