

# Rinder-Filet mit süß-salzigen Walnüssen, Glasnudel-Salat

**Für zwei Personen**

**Für das Rinderfilet:**

200 g Rinderfilet	2 cm Ingwer	1 rote Chilischote
150 ml Ketjap Manis	100 ml Sojasauce	Öl, Salz, Pfeffer

**Für die Walnüsse:**

150 g ausgelöste Walnüsse	100 ml Ahornsirup	Salz, nach Belieben
---------------------------	-------------------	---------------------

**Für den Glasnudelsalat:**

150 g Glasnudeln	$\frac{1}{4}$ Mango	1 Karotte
1 rote Paprika	100 g Zuckerschoten	2 Frühlingszwiebeln
2 Limetten	4 Zweige Koriander	50 ml Reisessig
50 ml Reiswein	3 EL helle Sojasauce	1 EL schwarzer Sesam
Sesamöl	Chiliflocken	Salz

**Für das Rinderfilet:**

Den Ofen auf 120 Grad Heißluft vorheizen.

Rinderfilet von beiden Seiten pfeffern und leicht salzen.

Im Ofen mit dem Fleischthermometer bis zu einer Kerntemperatur von 53 Grad garen. Herausnehmen und in einer Pfanne mit Öl scharf anbraten.

Danach aus der Pfanne nehmen und ruhen lassen.

Für die Glasur Chili entkernen und kleinschneiden, Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. Chili, Ingwer, Sojasauce und Kecap Manis in einem kleinen Topf leicht köcheln lassen.

Das Fleisch vor dem Servieren in Tranchen schneiden und mit der Sauce glasieren.

**Für die Walnüsse:**

Walnüsse hacken. Mit Ahornsirup und Salz vermengen.

**Für den Glasnudelsalat:**

Glasnudeln kurz in heißem gesalzenem Wasser garkochen. In einem Sieb auffangen. Limetten halbieren und den Saft auspressen.

Für das Dressing, Sojasauce, Limettensaft, Sesamöl und Chiliflocken vermischen.

Das Gemüse und Obst in feine Streifen schneiden und kurz in einem Wok in Sesamöl, Reiswein und Reisessig blanchieren. Das Dressing hier dazugeben.

Koriander abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Glasnudeln zum Wok geben, untermischen und mit Koriander und dem schwarzen Sesam garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Tanja Ghebregziher am 06. April 2021