

Thai-Salat mit Rinder-Filet-Streifen und Wan-Tan-Chips

Für zwei Personen

Für die Filetstreifen:

200 g Rinderhüftsteak 2 EL Butterschmalz Salz, Pfeffer

Für die Marinade:

1 Stängel Zitronengras 1 kleine rote Chilischote 2 cm Ingwerknolle

1 Zwiebel 1 Limette 2 EL Sojasauce

2 EL Fischsauce 2 EL brauner Zucker 2 EL Rapsöl

Für den Salat:

80 g Frisée-Salat 80 g Feldsalat 80 g Eichblattsalat

1 Bund Koriander 4 Zweige frische Pfefferminze 1 Bund Thai-Basilikum

Salz Pfeffer

Für die Chips:

4 Blätter Wan-Tan-Teig 2 EL Butterschmalz

Für die Garnitur:

1 Beet rote Bete Sprossen

Für die Filetstreifen:

Fleisch waschen, trocken tupfen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Steak unter Wenden ca. 4 Minuten medium braten.

Herausnehmen, in Alufolie wickeln und ruhen lassen. Vor dem Anrichten in Tranchen schneiden.

Für die Marinade:

Limette halbieren und den Saft beider Hälften auspressen. Sojasauce, Fischsauce, Limettensaft, Zucker und Öl in einer Schüssel verrühren.

Zwiebel abziehen, in dünne Scheiben schneiden. Ingwer schälen und sehr fein hacken. Chilischote der Länge nach aufschneiden, Kerne entfernen und die Schote ebenso sehr fein hacken. Vom Zitronengras die äußeren Blätter entfernen, Stängel leicht andrücken und dann in sehr dünne Scheiben schneiden. Ingwer, Chili, Zwiebel und Zitronengras zu der Marinade geben, gut verrühren und ca. 10 Minuten ziehen lassen.

Für den Salat:

Kräuter abbrausen, trockenwedeln. Koriander fein hacken, Pfefferminze und Basilikum in hauchdünne Streifen schneiden. Salat verlesen, waschen, trockenwedeln und anschließend klein zupfen. Kräuter, Salat und Marinade vor dem Anrichten vermengen. Eventuell nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Chips:

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Wan-Tan-Blätter darin unter Wenden goldbraun frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und vor dem Anrichten in Stücke brechen.

Für die Garnitur:

Sprossen vom Beet schneiden.

Thai-Salat mit Rinderfiletstreifen und Wan-Tan-Chips auf Tellern anrichten, mit Sprossen garnieren und servieren.

Dorothea Franz am 13. März 2018