

# Rindfleisch-Salat mit Kräuter-Vinaigrette

## Für 4 Personen

1 Zwiebel	600 g Schulterblatt vom Rind	Salz
1 Bund Suppengemüse	8 Pfefferkörner	1 Lorbeerblatt
50 g Sellerie	2 Möhren	10 Zuckerschoten
3 EL Balsamico-Essig	2 EL Sherry	Pfeffer und Zucker
8 EL Olivenöl	1 Frühlingszwiebel	1 Bund Kräutermischung

Die Zwiebel halbieren und die Schnittflächen in einer Pfanne ohne Fett dunkelbraun rösten. Das Fleisch in einen Topf mit Wasser geben, so dass es gerade mit Wasser bedeckt ist, aufkochen und salzen. Das Suppengemüse putzen bzw. schälen, in grobe Würfel schneiden, mit den Zwiebelhälften, Pfefferkörnern und dem Lorbeerblatt in den Topf geben und alles ca. 2 Stunden köcheln lassen. Das gegarte Fleisch herausnehmen, in Alufolie verpacken und ruhen lassen. Sellerie, Möhre und Zuckerschoten putzen bzw. schälen, in feine Streifen schneiden und in kochendem Salzwasser kurz blanchieren. Für die Vinaigrette Essig und Sherry gut verrühren. Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker dazugeben und das Olivenöl unterrühren. Die Frühlingszwiebel waschen und in feine Ringe schneiden. Die Kräuter waschen, trocknen, fein hacken bzw. schneiden und mit den Frühlingszwiebeln unter das Dressing geben. Das Fleisch in Streifen schneiden, mit dem blanchierten Gemüse in eine Schüssel geben und das Dressing gut untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und den Salat auf Tellern anrichten. Dazu passt gut Schnittlauchbrot.

Vincent Klink Mittwoch, 20. August