

Asiatische Rinder-Roulade mit Frühlingsrolle und Dip

Für 4 Personen

Roulade:

400 g Rinderfilet	100 g Shiitake	100 g Pak-Choi
100 g Baby-Mais	2 Spitzpaprika, rot	1 Thai-Chili
1 Bd Koriander, klein	20 g Sesamkerne	4 cl Sojasoße, hell
4 cl Austernsoße	1 cl Sesamöl, geröstet	50 g Sojasprossen
2 Limonen, unbehandelt	50 g Panko	Pflanzenöl
Salz	Zucker	

Frühlingsrollen:

200 g Rettich	1 Bd Frühlingszwiebel	1 Thai-Chili
100 g Ingwer	1 Limone, unbehandelt	100 g Sojasprossen
50 g Cashew-Kerne	150 g Panko	2 Eier
1 l Palmöl		

Soße:

1 EL Peta-Zeta	2 EL Essigpulver	20 g getr. Oliven, schwarz
1 Bund Schnittlauch, klein	Sesamöl	Salz
Zucker		

Roulade:

Das Rinderfilet in einen Zentimeter starke Scheiben schneiden und auf die doppelte Größe plattieren. Salzen, zuckern und anschließend in Pflanzenöl einseitig sehr scharf anbraten. Shiitake, Pak-Choi, Babymais, Spitz-Paprika und etwas Thai Chilis in Streifen schneiden, salzen und heiß an sautieren und mit Koriander, Sesamkerne, Soja- und Austerssoße, geröstetem Sesamöl etwas Sojasprossen und Limonenabrieb verfeinern. Die Füllung in das angebratene Filet geben und einrollen, vor dem servieren mit etwas gerösteten Panko bestreuen.

Frühlingsrollen:

Rettich blättrig schneiden, die Frühlingszwiebel und Thai Chilis länglich schneiden, Zeste und Saft von der Limone, geriebener Ingwer, Sojasprossen, grob gehackte Cashewkerne mit Panko vermengen. Frühlingsrollen mit Eiweiß bestreichen, die Füllung darauf geben zusammenrollen und in Palmöl goldgelb frittieren.

Soße:

Sesamöl mit Peta-Zeta, Essigpulver, fein geschnittenen schwarzen Oliven und fein geschnittenem Schnittlauch verrühren und anschließend mit Salz und Zucker abschmecken und fertig ist die knackige Soße.

Stefan Marquard am 19. August 2011