

Blackened Rumpsteak mit Spinat-Salat

Für 2 Personen

2 Rumpsteak à 180 g	2 EL Prise	Paprikapulver
Cayennepfeffer	1/2 Apfel	2 Hände Spinatsalat
1 mittlere Zitrone	1 EL Puderzucker	50 ml Sojasauce
2 EL Apfelsaft	2 EL Olivenöl	1 Msp. Pfeffer

Die Zitrone auspressen und den Saft in eine Schüssel geben, Sojasauce und Puderzucker dazugeben und verrühren. Die Zwiebel in feine Streifen schneiden, den Apfel vierteln in dünne Scheiben schneiden und beides zur Sauce in die Schüssel geben. Apfelsaft und Olivenöl dazugeben und den Spinatsalat oben drauflegen.

Das Rumpsteak von beiden Seiten kräftig mit dem Gewürzmix bestreuen und in einer sehr heißen Pfanne mit wenig Öl von jeder Seite 1 Minute braten. Den Salat marinieren und auf einem Teller anrichten, das Steak aufschneiden auf dem Salat verteilen und mit Dressing beträufeln.

Steffen Henssler am 24. Februar 2021