

Irish Beef Salat mit Rindfleisch

Zubereitungszeit: 25 Minuten | Kategorie: Rind | Personen: 4

Zutaten

- 750 g Lenden - oder Filetstück vom Rind (ca. 2,5 cm dick)
- 6 EL frischer Limettensaft
- 4 EL Palmzucker oder heller Muscovado-Zucker
- 1 kleine Gurke, geschält, halbiert, entkernt und in 1 cm dicke Scheiben geschnitten
- 4 rote Schalotten, in feine Ringe geschnitten
- 100 g halbierte Kirschtomaten
- 1 milde rote Chilischote, entkernt und in feine Ringe geschnitten
- Handvoll frische Minzblätter
- Handvoll frische Korianderblätter
- kl. Handvoll frische Basilikumblätter, zerrupft
- 4 Frühlingszwiebeln, in feine Ringe geschnitten
- 3 EL Thai - Fischsoße
- 100 g gemischte grüne Blattsalate
- Salz und gemahlener Sichuanpfeffer

Zubereitung

- Das Fleisch beidseitig mit 2 EL Limettensaft beträufeln und die Hälfte des Zuckers darüber geben. Mit etwas Salz und Szechuanpfeffer würzen. 4 - 5 Minuten unter einmaligem Wenden außen gebräunt aber innen noch roh und saftig anbraten. Fleisch mit Pergament- oder Metzgerpapier bedeckt auf ein Holzbrett legen und 15 Minuten ruhen lassen.
- Gurken, Schalotten, Kirschtomaten, Chiliringe, Kräuter und Frühlingszwiebeln in einer Schüssel vorsichtig durchmischen. Zucker im Limettensaft und der Fischsoße auflösen und bis zur Verwendung beiseite stellen.
- Das Fleisch zum Servieren in dünne Streifen schneiden und in eine große Salatschüssel legen. Gurkenmischung, Blattsalate und das Fischdressing dazugeben und mischen. Zum Servieren auf kleinen Salattellern anrichten.

Guten Appetit!