Rezept

Herzhafter Rindfleischsalat

Ein Rezept von Herzhafter Rindfleischsalat, am 29.04.2024

Zutaten

2 EL	Olivenöl
1	rote Paprikaschote
1	große Zwiebel
	Zucker
1 EL	Tomatenmark
	Pfeffer
200 g	Rindfleisch
	1/2 kleiner Zucchino
	Jodsalz
150 g	Maiskörner (aus der Dose)
1 EL	Himbeeressig
	edelsüßes Paprikapulver

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 470 kcal

Zubereitung

1. In einer Pfanne 1 EL Öl erhitzen. Das Fleisch darin von jeder Seite ca. 5 Min. braten. Herausnehmen und abkühlen lassen.

2. Die Paprikaschote waschen, halbieren und putzen. Dabei die Kerne und weißen Innenhäute entfernen. Die Hälften in Würfel schneiden. Den Zucchino waschen, putzen und ebenfalls in Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen und fein hacken. Wenig Salzwasser mit 1 Prise Zucker aufkochen und die Gemüsewürfel darin ca. 4 Min. garen. Abgießen und abtropfen lassen.

3. Den Mais abgießen und abtropfen lassen. Das Fleisch in Würfel schneiden. Mit den Gemüsewürfeln und den Maiskörnern mischen.

4. Für das Dressing 1 EL Öl, Tomatenmark, Essig, Salz, Pfeffer und Paprikapulver verquirlen. Das Dressing unter den Salat mischen und 30 Min. durchziehen lassen.