

Rezept

Asia-Krautsalat mit Steakstreifen

Ein Rezept von Asia-Krautsalat mit Steakstreifen, am 11.12.2024

Zutaten

400 g Weißkohl	Salz
2 schlanke Frühlingszwiebeln	2 - 3 2-3 rote Chilischoten
2 Möhren	200 ml leichte Kokosmilch
2 - 3 TL 2-3 TL frisch gepresster Limettensaft	2 TL Sesamöl
1 TL Zucker	15 g frischer Ingwer
1 Bund Koriandergrün	30 g frisches Kokosfleisch (oder Kokoschips)
200 g Minutensteaks	10 g Butterschmalz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle	edelsüßes Paprikapulver
Cayennepfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 440 kcal

Zubereitung

1. Den Weißkohl putzen und den mittleren Strunk entfernen. Den Kohl auf dem Gemüsehobel in sehr feine Streifen hobeln. Die Kohlstreifen mit 1 TL Salz mischen und mit dem Kartoffelstampfer durchstampfen, bis der Kohl zart ist.
2. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in sehr feine Ringe schneiden. Die Chilischoten längs aufschneiden, putzen und waschen und fein würfeln. Die Möhren putzen, schälen und in feine Streifen (Julienne) schneiden.
3. Die Kokosmilch mit Limettensaft, Sesamöl und Zucker verrühren. Den Ingwer schälen, fein reiben und dazugeben. Mit Weißkohlstreifen, Frühlingszwiebeln, Chilis und Möhren gut vermischen und den Salat im Kühlschrank 2-3 Std. ziehen lassen.
4. Vor dem Servieren das Koriandergrün abbrausen und trocken schütteln. Einige Blätter ganz lassen, den Rest hacken und unter den Salat mischen. Von dem Kokosfleisch mit dem Sparschäler feine Streifen abziehen. Den Salat anrichten und mit Korianderblättern und Kokospänen bestreuen.
5. Die Minutensteaks in Streifen schneiden. Das Butterschmalz erhitzen, die Streifen darin bei starker Hitze rundum braun braten. Das Fleisch herausnehmen, salzen, pfeffern und mit Paprikapulver und Cayennepfeffer bestäuben. Auf dem Salat anrichten.