

Rezept

Rumpsteaksalat

Ein Rezept von Rumpsteaksalat, am 23.04.2024

Zutaten

2 Rumpsteaks à 150 g	1 EL Sojasauce
1 EL Öl	4 Thai-Schalotten
2 Knoblauchzehen	2 Tomaten
1 Stück Salatgurke (ca. 10 cm)	2 Stangen Staudensellerie (mit Grün)
4-6 kleine rote Chilischoten	4 EL Limettensaft
2 EL Fischsauce	1 EL Zucker

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 250 kcal

Zubereitung

1. Die Steaks mit Sojasauce einreiben. Eine Grillpfanne erhitzen, die Stege mit Öl einpinseln. Die Steaks darauf von jeder Seite bei mittlerer Hitze 3 Min. braten. Herausnehmen und 10 Min. zugedeckt ruhen lassen.
2. Inzwischen die Schalotten schälen und in feine Spalten schneiden. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Tomaten und die Gurke waschen, entkernen und in feine Streifen schneiden. Den Sellerie waschen, die Blättchen für die Deko beiseite legen, die Stangen in Scheiben schneiden.
3. Die Chilischoten waschen, in Ringe schneiden und in einer Schüssel mit Limettensaft, Fischsauce, Zucker, Schalotten und Knoblauch verrühren. Die Steaks quer zur Faser in dünne Streifen schneiden. Mit Tomaten, Gurke und Sellerie untermischen. Mit Sellerieblättchen garnieren.