

Rezept

Vietnamesischer Nudelsalat mit Rindfleisch

Ein Rezept von Vietnamesischer Nudelsalat mit Rindfleisch, am 26.02.2024

Zutaten

250 g Rindersteak	2 Stängel Zitronengras
1 Knoblauchzehe	1 rote Chilischote
3 EL Pflanzenöl zum Braten	6 EL Limettensaft
2 EL Reisessig (ersatzweise Weißweinessig)	2 TL brauner Zucker
4 EL Fischsauce	60 g Reis-Bandnudeln (Asienladen)
1 dicke Möhre	1 Bio-Mini-Salatgurke
1 Römersalatherz	1/3 Bund Koriandergrün
4 Stängel Minze	2 Frühlingszwiebeln
2 EL Sojasauce	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 515 kcal

Zubereitung

1. Das Rindersteak quer in schmale Streifen schneiden. Oberen Teil und Strunk vom Zitronengras wegschneiden, die unteren 10-12 cm waschen, längs vierteln und quer in sehr feine Stückchen schneiden. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Chilischote waschen, halbieren, von weißen Trennwänden und Kernen befreien und fein hacken. Die Hälfte davon mit 1 EL Öl, Knoblauch, Zitronengras und Rindfleisch mischen, ca. 2 Std. zugedeckt marinieren lassen. Währenddessen für das Dressing die übrigen Chiliwürfel mit Limettensaft, Essig, Zucker und Fischsauce verrühren und ebenfalls ziehen lassen.
2. Inzwischen Reisbandnudeln nach Packungsanweisung in Wasser garen, dann abgießen und abtropfen lassen. Möhre putzen, schälen und längs in feine Streifen (Julienne) hobeln oder schneiden. Die Mini-Gurke waschen, putzen, längs halbieren und quer in dünne Scheiben schneiden. Römersalatherz in Blätter teilen und diese waschen, trocken schleudern und quer in Streifen schneiden. Koriandergrün und Minze waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und grob zerzupfen. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und mitsamt Grün in Ringe schneiden.
3. Das übrige Öl (2 EL) in einer beschichteten Pfanne oder einem Wok erhitzen. Das Steak samt Marinade darin bei großer Hitze rundum braun braten. Mit Sojasauce ablöschen und vom Herd nehmen. Nudeln mit Gemüse, Salat und Kräutern mischen, auf Schalen verteilen. Das Dressing darübergießen und das Fleisch darauf anrichten. Vor dem Essen alles mischen.