Nah&Frisch



Kotányi Professional

Blattsalat mit gebratenen Rindfleischstreifen und Granatapfel

Vorspeise Fleischgerichte Frühling Herbst Low Carb Sommer

Zutaten

- 300 g Blattsalat gemischt
- 400 g Beiried (ganzes Stück)
- 4 EL Olivenöl zum Braten
- 250 g Champignons
- 1/2 Granatapfel
- Kotányi Salz und Pfeffer aus der Mühle
- Für das Dressing:
- Balsamico Essig
- Olivenöl
- Kotányi Kräuter Rustikana Mühle

Zubereitung

Schwierigkeit: ●●○○○

Das Beiried mit Salz und Pfeffer würzen, auf beiden Seiten ca. 1 Minute scharf anbraten und mit der Pfanne im Rohr bei 120 °C noch etwa 8-10 Minuten ziehen lassen. 52 – 54 °C Kerntemperatur wäre Medium ideal. Die Champignons in dickere Scheiben schneiden. In Olivenöl scharf anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Kurz überkühlen, mit dem Salat mischen und mit Balsamico Essig und Olivenöl marinieren. Mit der Kräuter Rustikana Mühle nach belieben würzen. Auf dem Teller anrichten und das in Scheiben geschnittene Rindfleisch rundum drapieren. Mit den Granatapfelkernen dekorieren.
Tipp: Sehr gut auch mit gebratenen Hühnerfiletstreifen