



Unser aktuelles Rezept entstammt dem Kochbuch „Wild genießen“, erschienen im BLV-Verlag. Autoren sind Christian Teppe sowie Yasmin und Kai Kochmann.

Aus meiner Zeit in Thailand habe ich dieses Rezept, das dort Yum Nua heißt, lieben gelernt. Gebratene Steaks vom Vortag werden mit knackigem Gemüse und einem süßsauer-scharfen Dressing in eine köstliche Vorspeise oder in ein leichtes Essen verwandelt. Der Salat ist auf alle Fälle ein guter Grund, nicht alle Steaks aufzuessen und für den nächsten Tag zu verwahren.

STEAK-SALAT MIT KORIANDER-LIMETTEN-DRESSING



FÜR 4 PORTIONEN

FÜR DAS DRESSING

- » ½ Bund Koriandergrün mit Stielen und idealerweise auch den Wurzeln
- » 1 kleine Knoblauchzehe
- » ½–1 rote Chilischote
- » 3 EL Limettensaft
- » 2 EL Fischsauce
- » 1 EL brauner Zucker (ersatzweise weißer Zucker oder Palmzucker)

15 Minuten Zubereitung

FÜR DEN SALAT

- » 250 g gebratene Steaks vom Reh oder Wildschwein
- » ½ kleine rote Zwiebel
- » 10 Kirschtomaten
- » ½ Salatgurke
- » 2 Frühlingszwiebeln
- » ½ Bund Koriandergrün mit Stielen
- » 1 Handvoll geröstete Cashewkerne (ersatzweise Erdnuskerne oder Röstzwiebeln)



1 Für das Dressing den Koriander waschen, trocken schütteln und in 1 cm lange Stücke schneiden. Knoblauch schälen. Die Chili waschen, längs halbieren und von Kernen und weißen Trennwänden befreien.

2 Alle Zutaten für das Dressing in einen hohen Rührbecher geben und mit einem Pürierstab pürieren. Wer einen Standmixer hat, kann das Dressing auch darin mixen. Ich empfehle, mit der Hälfte der Chili anzufangen, das Dressing abzuschmecken und, falls es nicht scharf genug ist, die restliche Chili hinzuzugeben.

3 Für den Salat die gebratenen Steaks gegebenenfalls vom Fettrand befreien und dann gegen die Faser in 3 mm dünne Scheiben schneiden. Die rote Zwiebel schälen und in dünne Ringe schneiden.

4 Tomaten waschen und halbieren. Die Gurke putzen, waschen, längs halbieren, entkernen und quer in Scheiben schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und fein hacken. Koriander waschen, trocken schütteln und samt den Stielen fein hacken. Cashews klein hacken.

5 Fleisch mit Gemüse, Kräutern und Dressing vermischen. Direkt vor dem Servieren die gehackten Nüsse auf den Salat streuen.

GUTEN APPETIT!

