

Rindersteaks mit Rucola-Salat

2 Bund Rucola (bzw 1 Schale)
1 TL Senf, mittelscharf
2 EL Weißweinessig
Salz, Pfeffer
4 EL Olivenöl
2 Knoblauchzehen
1 rote Chilischote
4 Rindersteaks (á ca. 140 g)
Butterschmalz zum Braten
100 ml Weißwein (ersatzw. Wasser)



Rucola waschen, trockenschütteln, grobe Stiele entfernen. Für das Dressing den Senf, Essig, Salz, Pfeffer mischen, das Öl unterschlagen. Rucola damit anmachen.

Fett in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch und Chili darin anbraten, herausnehmen. Dann das Fleisch in der selben Pfanne von beiden Seiten etwa 1 min scharf anbraten, bei mittlerer Hitze weitere 2 min braten, herausnehmen, salzen pfeffern, warm stellen.

Bratensatz in der Pfanne mit dem Weißwein ablöschen, einmal aufkochen. Knoblauch und Chili wieder zufügen.

Das Fleisch auf dem Salat anrichten, Sauce über das Fleisch gießen.

Nach Belieben mit Kürbiskernen und Rosmarinzwig und/oder mit „Crema di Balsamico“ dekorieren.

Verraten Sie uns IHR Lieblingsrezept –
vielleicht steht es in der nächsten Ausgabe
an dieser Stelle...

Metzgerei SGS

Schlittenlechner Gregor jun. und Stefan



Ladenverkauf Partyservice

Jesenwanger Straße 3
82291 Mammendorf

Tel. 08145 / 99 72 55

Fax 08145 / 99 73 54

Filiale:

Richard-Wagner-Str. 2 82299 Türkenfeld

Tel. 08193 / 99 85 10

