Lauwarmer Rindfleischsalat

Salate

Zutaten (4 Personen)

» 500g Möhre(n)
» 200g Porree
» 250g Staudensellerie
» 500ml Instant-Gemüse-Brühe
» 1 Kopf Eisbergsalat
» 125g Schlagsahne
» 2 EL Crème fraîche
» 2 EL Meerrettich
» Salz & Pfeffer
» etwas Zitronensaft
» 125g Roastbeef

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
bis 30min

Zubereitung

1. Möhren schälen, waschen und in Stifte schneiden. Porree putzen, waschen und in Ringe schneiden. Sellerie putzen, waschen und in Stücke schneiden. Brühe aufkochen, vorbereitetes Gemüse darin ca. 7min garen. Anschließend abtropfen lassen, die Brühe dabei auffangen. 200ml Brühe abmessen, mit dem Gemüse vermengen.

2. Eisbergsalat putzen, waschen, in mundgerechte Stücke schneiden und unter das Gemüse heben. Sahne halb steif schlagen, dann Crème fraîche und Meerrettich unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzig abschmecken. Roastbeefscheiben aufrollen, unter den Salat heben. Salat mit der Soße anrichten. Mit Selleriegrün garniert servieren. Dazu schmeckt frisches Bauernbrot.

Tipp: Statt Rindfleisch geräuchertes Forellen- oder Lachsfilet verwenden.

Nährwerte: 230kcal/E10g/F16g/KH10g

angelegt am: 07.04.2005 Rezept-Nr: 1793

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke