

Asiatische Rinderfiletstreifen mit Kokosöl, Chili, Koriander und Limette

Zutaten (für 2 Personen):

Für das Fleisch:

- 300 g Rinderfilet, in dünne Streifen geschnitten
- 2 EL Kokosöl
- 1 Knoblauchzehe, fein gehackt
- 1 kleine rote Chili, fein gehackt (je nach Schärfegrad entkernt)
- Salz und Pfeffer

Für die Sauce:

- Saft und Abrieb von 1 Limette
- 1 TL Ingwer, frisch gerieben
- 1 Handvoll frischer Koriander, gehackt
- 1 Prise Salz

Für die Beilage:

- Jasminreis oder Glasnudeln
- Optional: Zuckerschoten, Karotten oder Paprika, in feine Streifen geschnitten

Zubereitung:

1. Fleisch vorbereiten:

- Das Rinderfilet in dünne Streifen schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.
- In einer Schüssel Limettensaft, Limettenabrieb und geriebenen Ingwer mischen. Beiseite stellen.

2. Rinderfiletstreifen anbraten:

- 1 EL Kokosöl in einer Pfanne oder einem Wok erhitzen.
- Knoblauch und Chili darin kurz anrösten, bis sie duften.
- Die Rinderfiletstreifen hinzufügen und bei hoher Hitze scharf anbraten (ca. 2–3 Minuten). Herausnehmen und beiseite stellen.

3. Gemüse (optional):

- Falls Gemüse verwendet wird, das restliche Kokosöl in die Pfanne geben und das Gemüse kurz anbraten, sodass es knackig bleibt.

4. Sauce hinzufügen:

- Die vorbereitete Limetten-Ingwer-Mischung in die Pfanne geben und kurz aufkochen lassen.
- Die angebratenen Rinderfiletstreifen wieder in die Pfanne geben und gut mit der Sauce vermengen.

5. Anrichten:

- Jasminreis oder Glasnudeln auf Tellern anrichten.
- Die Rinderfiletstreifen und Sauce darübergabegeben.
- Mit frischem Koriander garnieren und bei Bedarf mit Limettenspalten servieren.

Durch den Verzicht auf Honig bleibt die Sauce pur und frisch, wobei die Limette für einen angenehmen Säurekick sorgt. Ideal für Liebhaber leichter, asiatischer Gerichte!