

Rinderfiletstreifen mit Limetten-Koriander-Sauce und Avocado-Salat.

Zutaten (für 2 Personen):

Für das Fleisch:

- 300 g Rinderfilet, in dünne Streifen geschnitten
- 1 EL Pflanzenöl (z. B. Erdnuss- oder Rapsöl)
- Salz und Pfeffer

Für die Limetten-Koriander-Sauce:

- Saft und Abrieb von 1 Limette
- 2 EL frischer Koriander, fein gehackt
- 1 EL Olivenöl
- 1 TL Honig
- 1 kleine rote Chili, fein gehackt (optional)
- 1 Knoblauchzehe, gepresst
- Salz und Pfeffer

Für den Avocado-Salat:

- 1 Avocado, gewürfelt
- 1 Tomate, gewürfelt
- 1 kleine rote Zwiebel, fein gewürfelt
- Saft von 1/2 Limette
- 1 EL frischer Koriander, gehackt
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

1. Rinderfiletstreifen anbraten:

Das Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Filetstreifen mit Salz und Pfeffer würzen und bei hoher Hitze kurz und scharf anbraten (ca. 1–2 Minuten pro Seite). Aus der Pfanne nehmen und warm halten.

2. Limetten-Koriander-Sauce:

In einer kleinen Schüssel Limettensaft, Limettenabrieb, gehackten Koriander, Olivenöl, Honig, Chili (falls gewünscht), Knoblauch sowie Salz und Pfeffer gut vermischen. Die Sauce über die warmen Rinderfiletstreifen geben und gut vermengen.

3. Avocado-Salat:

Die Avocado, Tomate, Zwiebel und den gehackten Koriander in einer Schüssel vermengen. Mit Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

4. Anrichten:

Die marinierten Rinderfiletstreifen auf einem Teller anrichten und den Avocado-Salat daneben servieren. Optional mit frischem Koriander und Limettenspalten garnieren.

Perfekt als leichtes, frisches Gericht!