Pflücksalat mit geräuchertem, mariniertem Schweinefilet

von Armin Roßmeier

Zutaten (für vier Personen)
560 g geräuchertes Schweinefilet
1 EL Zitronensaft
1 TL Chiliflocken
1 EL Ahornsirup
1 ½ EL Olivenöl

150 g Pflücksalat
12 Kirschtomaten

1 TL Senf
1 Knoblauchzehe
125 ml Fleischbrühe
2 EL Obstessig
2 ½ EL Olivenöl
Salz, Pfeffer

Beilage:
geröstetes Oliven-Ciabatta

Zubereitung (circa 15 Minuten)
Geräuchertes Schweinefilet in dünne Scheiben schneiden und auf eine Glasplatte legen. Mit einer Marinade von Zitronensaft, Chiliflocken, Ahornsirup und kalt gepresstem Olivenöl gut beträufeln.
Pflücksalat mit halbierten Kirschtomaten als schönes Bukett in tiefem Teller anrichten. Senf mit fein gewürfeltem Knoblauch, Fleischbrühe, Obstessig und Olivenöl gut verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Marinade über den Salat träufeln, geräuchertes Schweinefilet darauf verteilen, geröstetes Oliven-Ciabatta mit anlegen.

Nährwert pro Portion

383 kcal - 16 g Fett - 35 g Eiweiß - 27 g Kohlenhydrate - 2 BE
Dieses Gericht ist gluten- und lactosefrei.