

▪ Die Küchen Schlacht – Menü am 03. August 2020 ▪
Leibgericht mit Alfons Schuhbeck



Mattan Shelomo

Bun Bo Xao: Vietnamesischer Reisnudelsalat mit Rinderfilet

Zutaten für zwei Personen

Für das Dressing:

2 Knoblauchzehen
1 rote Chili
1 Limette
60 ml Fischsauce
2 TL brauner Zucker

Die Limette auspressen und 3 EL auffangen. Knoblauch abziehen und ausdrücken. Chili entkernen und in dünne Scheiben schneiden. Knoblauch, Limettensaft, Chili, Fischsauce, Zucker und 2 EL Wasser zu einem Dressing vermengen und beiseitestellen.

Für das Rinderfilet:

250 g Rinderfilet
2 Knoblauchzehen
2 Halme Zitronengras
2 cm Ingwer
20 ml Austernsauce
10 ml Fischsauce
2 EL Sesamöl
Erdnussöl, zum Anbraten
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Fleisch waschen, trockentupfen und in dünne Scheiben schneiden. Für die Marinade Knoblauch abziehen und auspressen. Zitronengras und Ingwer reiben. Knoblauch, 2 TL Zitronengras und 2 EL Ingwer mit Sesamöl, Austernsauce und Fischsauce vermengen. Das Fleisch darin marinieren und 10 Minuten ziehen lassen.

In einer Pfanne das Erdnussöl erhitzen und das Fleisch danach darin anbraten. Mit Pfeffer würzen.

Für den Reisnudelsalat:

200 g Reisnudeln (alternativ sind auch Glasnudeln möglich!)
1 Karotte
½ Gurke
1 Schalotte
50 g Mungobohnensprossen
3 Römersalatblätter
4 Zweige frischer Koriander
4 Zweige Thai Basilikum
4 Zweige frische Minze
20 g Erdnüsse
10 g helle Sesamkörner
Neutrales Öl, zum Anbraten

Reisnudeln in kochendem Wasser circa 3 Minuten weichkochen.

Für das Gemüse Gurke und Karotte schälen und raspeln.

Schalotte abziehen und in dünne Scheiben schneiden. In einer Pfanne in Öl anbraten.

Koriander, Basilikum und Minze abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Mungobohnensprossen waschen und trockentupfen.

Erdnüsse und Sesam in einer Pfanne ohne Öl kurz rösten.

Rohes Gemüse, gebratene Zwiebeln und Kräuter nebeneinander in einem Teller anrichten. Die Reisnudeln daneben geben und das Fleisch darauf legen.

Das Dressing über das Gericht gießen, danach mit Erdnüssen und Sesam bestreuen. Römersalatblätter waschen, trockentupfen und zum Garnieren verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.