
KNACKERBSEN-SALAT MIT ROASTBEEF



für 4 Personen

Zutaten

600 Roastbeef am Stück
1 EL natives Olivenöl extra
600 g KnackerbSEN
Meersalz nach Belieben
1 Knoblauchzehe, fein geschnitten
30 g natives Olivenöl extra
1 Bund Petersilie
1 Bund Schnittlauch
1/2 Zitrone, geriebene Schale

Und so wird es gemacht ;-)

1 Das Roastbeef im Backofen bei 80 °C niedergaren bis die Kerntemperatur von 58-63 Grad erreicht ist.

2 Olivenöl (1 EL) erhitzen und das Fleisch auf allen Seiten kross anbraten, auskühlen lassen.

3 Die KnackerbSEN waschen, die Enden mit einem Messer kappen und den zähen Faden wenn nötig abziehen.

4 Salzwasser kochen und die Erbsen zwei-fünf Minuten im siedenden Wasser kochen.

Tipp

Eine herrliche Alternative zum gewöhnlichen Roastbeef-Teller. Falls fleischlos gewünscht, alles gleich zubereiten, es schmeckt ohne Fleisch ebenso köstlich.

Und weiter:

5 Alles in ein Abtropfsieb giessen und etwas auskühlen lassen.

6 Das Roastbeef in feine (oder grobe) Würfel schneiden.

7 Die Petersilie, den Schnittlauch und den Knoblauch fein schneiden.

8 Olivenöl und Zitronensaft mit Meersalz und Pfeffer in einer Schüssel mischen, die Erbsen und die Fleischwürfel darunter mischen.

Küchen-Philosophie

Eine gute Küche ist das Fundament allen Glücks.

Auguste Escoffier