



STEAK ASIATISCH

Weltbesten Nudelsalat & Ingwerdressing

Zutaten bereitstellen • Wasser aufkochen
• Große Bratpfanne, starke Hitze

LOS GEHT'S

Die Cashewkerne, Sonnenblumenkerne und Sesamsamen in der Pfanne unter Rühren goldgelb rösten und in eine Schale geben • Die Pfanne bei starker Hitze wieder auf den Herd stellen • Die Nudeln und 1 Prise Salz in einer Schüssel mit kochendem Wasser bedecken • Das Steak mit Salz, Pfeffer und dem Fünf-Gewürze-Pulver einreiben, 1 Esslöffel Olivenöl in die Pfanne geben, das Fleisch hineinlegen und wie gewünscht braten; nach jeder Minute umdrehen

In einer weiteren Schüssel den eingelegten Ingwer samt seiner Flüssigkeit mit dem Saft von 1–2 Limetten, Fisch- und Sojasauce sowie dem Sesamöl verrühren; die Chilischote in feine Ringe schneiden und untermengen • Den Romanasalat putzen und zerteilen, größere Blätter in Streifen schneiden und auf einem großen Brett ausbreiten • Mit einer Kastenreibe die geschälte Möhre grob darüberraaspeln • Die Radieschen halbieren, die Gurke würfeln, das Koriandergrün grob hacken und die geputzten Frühlingszwiebeln in feine Scheibchen schneiden

Sämtliches Salatgemüse auf das Brett häufen und mit der Kresse und den Alfalfasprossen bestreuen • Die Nudeln abgießen, abspülen und abtropfen lassen; anschließend auf dem Salat verteilen • Das Steak auf einem Brett kurz ruhen lassen, in Scheiben schneiden und auf dem Salat anrichten; den ausgetretenen Fleischsaft darüberträufeln • Mit den Nusskernen und Samen bestreuen und mit dem Dressing und einigen Limettenspalten servieren

Salat

50 g Cashewkerne
 1 EL Sonnenblumenkerne
 2 EL Sesamsamen
 200 g feine Reisnudeln
 1 kleines Romanasalatherz
 1 große Möhre
 1 Bund Radieschen
 ½ Salatgurke
 1 großes Bund Koriandergrün
 3 Frühlingszwiebeln
 1 Schälchen Kresse
 1 Beutel Alfalfasprossen

Dressing

100 g süßsauer eingelegter Ingwer
 2 Limetten
 1 EL Fischsauce
 1 EL salzarme Sojasauce
 1 EL Sesamöl
 ½ frische, rote Chilischote

Steak

500 g Rumpsteak am Stück, Fett entfernt
 2 TL Fünf-Gewürze-Pulver
 Olivenöl