

# Asiatisches Rind, Rucola-Salat, Limetten-Schaum

## Für zwei Personen

200 g Rindsfilet	200 g Rucola	1 Zitrone
1 Limette	1 Granatapfel	1 rote Chilischote
500 ml Sojasoße	200 ml flüssiger Honig	200 ml Sahne
200 ml Buttermilch	2 EL weißer Weißweinessig	Olivenöl
Zucker	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 80 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Die Sojasoße in einer Pfanne auf circa ein Drittel reduzieren. Die Chilischote der Länge nach aufschneiden, entkernen und in kleine Stücke schneiden. Beides mit in die Pfanne geben und vermengen. Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Danach mit der Soja-Marinade marinieren. Etwas Olivenöl in der Pfanne erhitzen und das Fleisch scharf anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und zum weitergaren in den Ofen geben. Die Limette halbieren, auspressen und die Schale reiben. Den Limettensaft mit dem Abrieb und der Sahne aufkochen. Das Ganze von der Flamme nehmen, mit der Buttermilch vermengen und aufschäumen. Den Salat waschen, trocken schleudern, mit dem Weißweinessig würzen und auf Tellern anrichten. Den Buttermilch-Limettenschaum über den Salat geben. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen, auf dem Salat anrichten und servieren.

Martin Diedrich am 01. Februar 2011