MARLEY SPOON

Rindfleischpfanne mit Limettenreis

dazu eingelegtes Gemüse mit Sambal Oelek

ca. 25min 2 Personen

Die Mägen knurren, der Tisch ist gedeckt – jetzt fehlt nur noch ein köstliches Gericht! Kein Problem, denn heute gibt es gebratenes Rindergeschnetzeltes mit knackigen Radieschen, erfrischender Gurke und feinen Lauchzwiebeln. Das Gemüse wird so lecker mariniert, dass du garantiert auf deine Kosten kommst, egal, ob du es lieber scharf, sauer oder süß magst. Dazu gibt es herrlich duftenden Jasminreis mit spritziger Limette.

Was du von uns bekommst

- 150g Jasminreis
- 1 Gurke
- 1 Bund Radieschen
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 unbehandelte Limette
- 1 Päckchen Sambal Oelek
- 1 Packung Rindergeschnetzeltes
- 20ml Sojasauce [1,6]

Was du zu Hause benötigst

- 1–2EL Weizenmehl [1]
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

Küchenutensilien

- kleiner Topf mit Deckel
- mittelgroße Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene
Gluten (1), Sojabohnen (6). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion
Energie 683kcal, Fett 23.0g, Kohlenhydrate 85.0g, Eiweiß 35.6g

1. Reis kochen

In einem kleinen Topf 300ml leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Den **Reis** in einem Sieb unter fließendem Wasser abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Sobald das Wasser kocht, den **Reis** hineingeben und abgedeckt bei niedrigster Hitze 10–12Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** gar ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr ziehen lassen.

2. Salat vorbereiten

Die **Gurke** der Länge nach vierteln und quer in ca. 1cm große Würfel schneiden. Die **Radieschen** vierteln. Die **Gurken** und die **Radieschen** in einer Schüssel mit 1TL Salz und 1EL Zucker vermengen.

3. Lauchzwiebel schneiden

Die **Lauchzwiebel** in dünne Ringe schneiden. Etwas **Lauchzwiebelgrün** für die **Garnitur** beiseitelegen. Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheibchen schneiden. Die **Limettenschale** abreiben, dann die **Limette** halbieren und auspressen.

4. Salat abschmecken

Die **Gurken** und die **Radieschen** in einem Sieb abtropfen lassen, dann zurück in die Schüssel geben und **1/2TL Sambal Oelek**, den **Limettensaft** und 2EL Olivenöl untermengen. Nach Geschmack mit mehr **Sambal Oelek** sowie Salz und Zucker würzen.

5. Fleisch zubereiten

Das **Fleisch** trocken tupfen und mit 1–2EL Mehl vermengen. In einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze ca. 2Min. rundum scharf anbraten. Den **Knoblauch** und die **Lauchzwiebeln** untermengen, dann mit 100ml warmem Wasser und der **Sojasauce** ablöschen und 1–2Min. köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

6. Reis verfeinern

Den **Reis** nach Geschmack mit der **Limettenschale** verfeinern. Die **Rindfleischpfanne** mit dem **Limettenreis** und dem **Gurken-Radieschen-Salat** anrichten. Mit den aufbewahrten **Lauchzwiebeln** garnieren und servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**