

Horst Lichter | Chicorée-Salat mit Rindfleischstreifen

Zutaten für 4 Personen:

- 6 Chicorée
- 4 Äpfel, z.B. Granny Smith
- 250 g Rinderfilet, in Streifen
- 150 g Natur-Joghurt
- 3 EL trockener Weißwein
- Saft 1 Zitrone
- 2 EL Butterschmalz
- 2 EL Olivenöl
- 2 TL Currypulver
- Fleur de Sel
- Pfeffer

Zubereitung:

Chicorée putzen, waschen, untere Enden abschneiden und die Strünke herausschneiden. 4 Chicorée in einzelne Blätter teilen, die restlichen 2 in feine Streifen schneiden.

1 Apfel schälen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen. Die Apfelviertel in einen Rührbecher geben, Weißwein dazugießen und mit dem Stabmixer fein pürieren. Restlichen 3 Äpfel waschen, vierteln, die Kerngehäuse entfernen. Die Apfelviertel in kleine Würfel schneiden und mit Zitronensaft beträufeln.

Joghurt in eine Schüssel geben. Apfel-Püree und Olivenöl hinzufügen und glatt rühren. Mit Currypulver, Fleur de Sel und Pfeffer abschmecken. Apfelwürfel und Chicoréestreifen vorsichtig untermischen.

Die Chicoréeblätter in einer großen Schale auslegen und den Salat darauf anrichten.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Die Rinderfiletstreifen darin rundum anbraten. Mit Fleur de Sel und Pfeffer würzen und auf dem Chicorée-Salat verteilen.

Rezept: Horst Lichter

Quelle: Lafer! Lichter! Lecker! vom 09.02.2008

Prominente Gäste: Verona Pooth & Herbert Feuerstein