

Rezept

Low Carb Thai-Salat mit Roastbeef

Ein Rezept von Low Carb Thai-Salat mit Roastbeef, am 30.06.2024

Zutaten

2 EL Limettensaft	1 EL Fischsauce
1 TL Sambal Oelek	1 EL Öl (z. B. Distelöl)
1 Knoblauchzehe	Salz
1 rote Paprikaschote	4 Frühlingszwiebeln
1 Stück Salatgurke	100 g Roastbeefaufschnitt
1 Handvoll Koriandergrün	50 g gesalzene geröstete Erdnüsse

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 310 kcal, 22 g F, 16 g EW, 16 g KH

Zubereitung

1. Für das Dressing Limettensaft, Fischsauce, Sambal Oelek und Öl verrühren. Knoblauch schälen und dazupressen. Mit Salz würzen und etwas süßen.

2. Die Paprikaschote längs halbieren, putzen und waschen. Die Hälften noch mal längs halbieren, dann quer in dünne Streifen schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und möglichst schräg in breite Ringe schneiden. Gurke waschen, längs halbieren und quer in dünne Scheiben schneiden. Roastbeef in breite Streifen schneiden. Koriandergrün abbrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen.

3. Alle vorbereiteten Zutaten und die Erdnüsse mit dem Dressing mischen und den Salat kurz ziehen lassen. Nach Belieben noch mit etwas Salz abschmecken und servieren.