



## **Rindfleischsalat mit karamellisierten Tomaten und Parmesan**

### **Zutaten für 4 Personen**

400 g Rinderhüftsteak

2 - 3 EL Alba Öl - Butteröl (cholesterin frei)

150 g Rucola (küchenfertig)

8 - 12 Honigtomaten

1-2 EL Zucker

1/2 TL Dijon Senf

4 EL Condimento Balsama Bianca originale - Essig

2 EL Lavendel-Zitrone-Crema oder Mandarine-Mandel-Sherry-Crema Essig

4 EL Olivenöl (z.B.: Dom Diogo, kräftig, Castello Zacro Zitrone/Orange, fruchtig) Salz

Pfeffer (frisch gemahlen: wilder Kubebenpfeffer)

alternativ: Pfeffermischung: Sieben oder Melange Noir beide von Ingo Holland

80 g Grana Padano Parmesan (gehobelt)

Crema Balsamica für Deko

### **Zubereitung**

Ofen auf 100° C vorheizen. Fleisch im heißen Alba Öl rundherum scharf anbraten, pfeffern. Dann in Alufolie wickeln und im Ofen 20 Min. ziehen lassen.

Inzwischen die Tomaten waschen und gut trocknen, den Zucker in der heißen Pfanne karamelisieren und die Tomaten bei geringer Hitze darin langsam karamelisieren. Etwas Thymian verleiht den Tomaten ein angenehmes Aroma. Den Rucola und die Tomaten auf vier Teller verteilen. Aus Essigen, Senf und Olivenöl ein Dressing mischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Fleisch aus dem Ofen nehmen, in dünne Streifen schneiden und gleichmäßig auf dem Rucola verteilen. Mit Parmesan bestreuen und mit dem Dressing beträufeln.

Nach Belieben mit Crema Balsamica anrichten.

### **Tipp:**

Dieses Rezept ist ausbaufähig, z.B.: mit gerösteten Pinienkernen, Mandeln oder getrockneten Datteln etc.