

Roastbeef - Sates auf warmen, bunten Linsensalat

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 30m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '30', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Modern - herzhaft - asiatisch - schmackig, mit Cross - over - Note

Zutaten

- 500 g ausgelöstes Roastbeef, küchenfertig in dünnen, langen Scheiben
- Für die Sate - Marinade:
- 30 ml Olivenöl
- 20 ml weißer Balsamico
- 1 El Soja Sauce
- Etwas Zitronenabrieb
- ½ rote Peperoni, entkernt, fein gewürfelt
- Für den Linsen Salat:
- 100 g gelbe Linsen, gewaschen
- 100 g rote Linsen, gewaschen
- 2 El fein gewürfelte Zwiebeln
- 3 El fein gewürfelter Lauch (nur das Weiße)
- 2 El fein gewürfelter Knollen Sellerie
- 1 große Tomaten, entkernt, gewürfelt
- 2 El gehackte Petersilie
- 2 El Weinessig
- 1 El Pflanzenöl
- Salz, Pfeffer aus der Mühle, 1 Prise Zucker

Zubereitungsart

Schritt1

Das Fleisch gegen die Faser in lange, dünne Scheiben schneiden, wellenartig auf die Spieße stecken. Mit den verrührten Marinadezutaten einstreichen, ca. 30 min. einziehen lassen.

Schritt2

Die Linsen getrennt in reichlich Wasser "bissfest " garen, anschließend abgießen und abkühlen lassen.

Schritt3

Die Gemüsewürfelchen in Pflanzenöl anschwitzen und mit dem Essig, 1 El Öl und etwas Wasser ablöschen, „bissfest“ halten.

Schritt4

Mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken

Schritt5

Die Linsen unter heben, ebenso die Petersilie und die Tomatenwürfel; etwas durchziehen lassen.

Schritt6

Die Sate Spieße salzen und pfeffern, in heißem Öl von beiden Seiten 2 - 3 min. braten.

Schritt7

Direkt aus der Panne auf dem Linsensalat anrichten, sofort servieren.

Schritt8

Rezeptart: Warme Vorspeisen **Tags:** lauch, peperoni, petersilie, roastbeef, rote Linsen, sellerie, Soja Sauce, Zitronenabrieb **Zutaten:**Tomaten

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/roastbeef-sates-auf-warmen-bunten-linsensalat/>