

# Gourmet Salat

Gebratene Scheiben vom Rinderfilet mit Champignons und Austernpilzen  
auf erlesenen Blattsalaten an Walnuss-Himbeer-Dressing



Etwa  
**173 kcal**  
pro Portion



## Zubereitung

Die Blattsalate gut putzen und auf dem Teller anrichten. Dressing aus Walnussöl, Essig, pürierten Himbeeren, Salz und der Hälfte der Walnüsse herstellen. Eventuell mit etwas Wasser verdünnen. Die Blattsalate damit marinieren.

Rinderfilet in feine Scheiben schneiden, würzen und leicht „Medium“ braten. Die Pilze putzen und etwas klein schneiden. Anschließend ebenfalls anbraten und mit dem Rinderfilet auf dem Salat anrichten.

Cherrytomaten halbieren und den Salat damit garnieren. Eventuell ein paar Himbeeren ebenso zum garnieren verwenden!

Hierzu ein ofenfrisches Vollkorn-Baguette servieren.

## Zutaten für 4 Portionen

200 g Blattsalate (ca. 1,5 - 2 Kopf)  
320 g Rinderfilet  
20 g geröstete Walnüsse  
10 g Walnussöl  
20 g Essig  
80 g Himbeeren  
120 g Champignons  
120 g Austernpilze  
120 g Cherrytomaten