

## Rindersteak-Tomaten-Salat

### Zutaten für 2 Portionen:

1 Rindersteak vom Huft, 3 cm dick  
2 Strauchtomaten oder 1 Fleischtomate  
1 große rote Zwiebel  
Blattpetersilie zur Garnierung

### Für das Dressing:

3 EL Rotweinessig  
Salz  
Zucker  
2 EL Olivenöl extra vergine



### Zubereitung:

Wenn man das Steak in der Pfanne brät, den Backofen auf 160 °C vorheizen. Das Steak auf dem Grill oder mit etwas Öl in der Pfanne von beiden Seiten etwa **je 4** Minuten grillen (braten). Dann in Alufolie einpacken und entweder auf dem Grill neben der Glut oder im vorgeheizten Backofen 15 Minuten durchziehen lassen.

Inzwischen die Tomaten waschen und in dünne Scheiben schneiden. Die rote Zwiebel abziehen und in sehr dünne Ringe schneiden. Tomatenscheiben und Zwiebelringe auf einem großen Teller wechselweise auflegen.

Für das Dressing den Rotweinessig mit einer Prise Salz und einer Prise Zucker verrühren, mit dem Schneebesen unter kräftigem Schlagen das Olivenöl zugeben und cremig schlagen.

Das Steak etwas abkühlen lassen und in sehr dünne Scheiben schneiden. Diese ebenfalls auf dem Tomatensalat anrichten, mit der Marinade beträufeln und mit Petersilien-Blättchen garnieren. Im Kühlschrank noch eine Stunde marinieren lassen. Mit Weißbrot (Baguette) servieren.

Eine leckere Vorspeise, im Sommer auch ein leichtes Mittagessen für zwei.  
Guten Appetit wünschen die Kochbären.