



FEIERABEND- SCHMAUS

Zutaten:

Zutaten für 2 Portionen: 2 Scheiben Lieken Urkorn Bäuerliches, 2 TL Barbecuesauce, einige Blätter Eisbergsalat, 1 rote Zwiebel, 2 kleine Stücke Rindersteak (à ca. 150 g), 1 TL Speiseöl, Salz, frisch gemahlener Pfeffer

Zubereitung:

Beide Scheiben Lieken Urkorn Bäuerliches mit Barbecuesauce bestreichen. Salatblätter waschen, trocken tupfen und auf die Scheiben legen. Zwiebel abziehen und in Ringe schneiden. Steaks trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen, in erhitztem Öl braten. Steaks auf dem Salat anrichten, mit Zwiebelringen belegen, mit Pfeffer bestreuen und nach Wunsch mit Käsehobeln garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

