## Rindercarpaccio







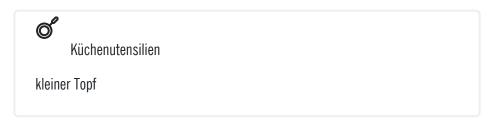


## Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, rot	2 St.
Wasser	100 ml
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Zucker	2 EL
Balsamicoessig, hell	5 EL
Mini Romana	2 St.
Senf	0.5 TL
Olivenöl	3 EL
Rinder-Carpaccio	400 g

## Zubereitung



- Zwiebeln halbieren, schälen und in Achtel schneiden. In einem Topf Wasser, 1 TL Pfefferkörner, 2 EL Zucker und Essig zugedeckt bei mittlerer Stufe aufkochen.
  Zwiebelachtel hinzugeben und ca. 5 Min. im Essigsud auf niedriger Stufe ziehen lassen.
- 2. Inzwischen Mini Romana waschen, trocken schütteln und Blätter voneinander separieren. Zwiebeln abgießen, Sud dabei auffangen, Zwiebeln abkühlen lassen.
- 3. In einer Schüssel 2 EL Essigsud mit Senf und Olivenöl verrühren. Rindercarpaccio zusammen mit Zwiebeln und Salatblättern auf Tellern anrichten und mit Dressing beträufeln. Mit Parmesan bestreut servieren.

**Guten Appetit!** 

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	314 kcal
Kohlenhydrate	16 g
Eiweiß	21 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	19 g