



## Rinderfilet mit Sesam auf Salat

Schritte: 5

Schwierigkeitsgrad: Leicht

### Zutaten

4 Portionen

400 g	Rinderfilet	150 g	Cherrytomaten
6 EL	Sesamöl	½ Kopf	Eichblattsalat
je ¼ Kopf	Lollo Bianco/Frisee	1	rote und gelbe Paprika
	Butterschmalz	2 EL	Himbeeressig
2 EL	Apfelsaft		Messerspitze Senf
1 EL	Sesam		Salz und Pfeffer

### Zubereitung

#### Zubereitung

1. Filet salzen und in einer Pfanne anbraten. Dann für 60 Minuten im Ofen fertig garen bei 80°C.
2. Salat, Paprika und Cherrytomaten für den Salat putzen und schneiden.
3. Dressing zubereiten aus Essig, Saft, Senf und Sesamöl. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Filet in dünne Scheiben schneiden und mit Sesamöl, Pfeffer sowie Salz marinieren.
5. Salat mit Dressing und dem Filet auf Teller anrichten und mit geröstetem Sesam bestreuen.

#### Die Zutaten für dein Lieblingsrezept findest du in deinem Selgros Markt

Du suchst nach den passenden Zutaten für dein Lieblings-Rezept. Dann schau schnell in deinem Selgros Markt vorbei oder informiere dich über unsere Angebote.

### UNSERE AKTUELLEN ANGEBOTE

#### Viele weitere Rezepte bei Selgros entdecken

Wir haben für dich eine große Auswahl an Koch-, Back- und Grill-Rezepten zusammengestellt. Du kannst in unserer Rezeptsuche ganz einfach nach Schlagwörtern wie beispielsweise Hauptkomponenten oder bestimmten Zutaten suchen. Oder du lässt dich von unseren Kategorien inspirieren.

Hier findest du unter Rezept Typ alles - von alkoholfreien Cocktails, Burger, Fleischgerichten, Beilagen, Gebäck, Pasta, Salaten bis hin zu vegetarischen Gerichten. Einfach die gewünschte Kategorie anklicken und du kannst aus einer Vielzahl toller Rezepte auswählen.

Zudem findest du hier auch alle Rezepte, die wir in unseren aktuellen Angeboten haben. Ebenso bieten wir saisonale Rezepte wie Spargel- oder Erdbeerrezepte, Grill-Rezepte, Gerichte aus der herbstlichen Küche wie Flammkuchen oder Aufläufe. Unsere Rezeptwelt wird ständig um weitere tolle Gerichte und Kochideen erweitert. Es lohnt sich regelmäßig auf unserer Rezeptseite vorbeizuschauen. Wir wünschen dir viel Spaß beim Entdecken, Stöbern und Nachkochen.

**WEITERE REZEPTE ENTDECKEN**

---

Rinderfilet mit Sesam auf Salat

Stand 15.02.2023