Verbraucherzentrale Südtirol
Finanziert vom MIMIT D.D. 12. Mai 2025

info@verbraucherzentrale.it

Rindfleischsalat

Fleisch und Fleischwaren
Für die Verwertung von gekochtem Rindfleisch (Suppenfleisch)
Salate und kalte Speisen
Rezeptidee der Verbraucherzentrale Südtirol

Zutaten für 4 Portionen:

- 400 g gekochtes kaltes Rindfleisch (Suppenfleisch, Tafelspitz)
- 2 Äpfel
- 2 Stangen Sellerie
- 2 Zwiebeln
- n.B. 4 Essiggurken
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl
- Apfel-, Wein- oder Balsamico-Essig (je nach Geschmack)

Zubereitung:

Fleisch in schmale Streifen schneiden. Äpfel in kleine Würfel, Sellerie und Essiggurken in schmale Scheiben schneiden. Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden. Alle geschnittenen Zutaten in eine Schüssel geben. Mit Salz, Pfeffer, Olivenöl und Essig würzen und alles gut vermischen. Den Rindfleischsalat vor dem Servieren 1 bis 2 Stunden lang im Kalten ziehen lassen und bei Bedarf nachwürzen.

Zeitaufwand: rund 15 Minuten plus Zeit für das Ziehenlassen

Tipp: Auch aus kaltem Bratenfleisch vom Schwein kann auf ähnliche Weise ein Salat zubereitet werden. Dafür das geschnittene Fleisch mit Gemüsepaprika, Zwiebeln, Maiskörnern und einer Salatmarinade nach Geschmack vermischen. Den fertigen Salat vor dem Servieren noch ziehen lassen und zuletzt mit frischer Petersilie bestreuen.