



Dauer: Aufwändig

Kategorie: Hauptspeisen

Saison: Sommer

Für: 4 Personen

Verfasst von: Salzburg schmeckt

Zutaten

Beiried

1 KG Beiried

20 G Salz

20 G Zucker

2 BLÄTTER Zitronengras

100 G Ingwer

1 Orange

10 ML Sojasauce

Chili

Zucchini-ratatouille

2 Zucchini

1 BECHER eingemachte geschälte Tomaten

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

Rapsöl

Apfelessig

frische Kräuter

1 KLEINE Zitrone

Rucola

Zubereitung

Beiried

1. Die Beiried schön sorgfältig zuputzen.
2. Den Ingwer, das Zitronengras, Die Orange in kleine Stücke schneiden.
3. Mit den restlichen Zutaten zu einer Marinade verarbeiten.
4. Die Beiried damit kräftig einreiben, am besten vakuumieren und für ca. 1 Woche im Kühlschrank lagern.

Man kann es auch fest in Frischhaltefolie einwickeln.

5. Die Beiried dünn aufschneiden mit Ratatouille, dem Rucola und eventuell mit ein wenig Basilikumpesto anrichten.

Die Beiried kann "roh" als auch gebraten serviert werden.

Zucchini-ratatouille

1. Den Zwiebel und den Knoblauch klein schneiden.
2. In Öl mit Zucker anschwitzen.
3. Geschälte Tomaten dazugeben, mit den Gewürzen pikant abschmecken und einköcheln lassen.
4. Die Zucchini in kleine Würfel schneiden, in Öl anbraten und mit der Tomatensauce ablöschen.
5. Erkalten lassen und mit ein wenig Essig und der Zitrone einen kalten Gemüsesalat herstellen.
6. Den Rucola mit Öl, Salz und Zitrone marinieren.