

BARBECUE BIEFSTUKSALADE (4 personen)



Bereidingstijd: 35 minuten

Ingrediënten

400 g biefstuk

2 courgettes

2 rode uien

4 el balsamicoazijn*

2 el olijfolie*

1 tl zeezout

Zwarte peper

½ limoen

150 gr rucola en 100 gr ijsbergsla

Bereiding

- Haal de biefstuk uit de verpakking en laat op temperatuur komen.
- Snijd de courgettes in de lengte in niet te dunne plakken.
- Snij de uien in dikke plakken van 1,5 cm
- Meng de azijn en de olie tot een dressing. Bestrijk de courgette, ui en de biefstuk met de helft van de dressing.
- Gril de courgette op de barbecue aan beide kanten goudbruin. Na het grillen de courgette bestrooien met een beetje zeezout en zwarte peper.
- Pers de limoen uit, en besprenkel de courgette met het limoensap.
- Gril ondertussen de ui bruin en gaar.
- Gril de biefstuk op de barbecue rosé (in 3 minuten). Bedek de biefstuk met een laagje aluminiumfolie en laat even rusten.
- Snij de biefstuk in dunne plakken.
- Meng de sla in een kom of bord en verdeel de courgette, ui en de biefstuk over de rucola.
- Besprenkel met de dressing die nog over is.
- Serveer het gerecht direct.

Menusuggestie

Heerlijk met volkoren bulgur* of volkoren couscous*

* Voor toegestane hoeveelheden, zie richtlijnen PDS.