2A Fleisch

Salat mit Steakstreifen

Zubereitungszeit
15 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Die Zwiebel andünsten und die Steakstreifen medium in einer Pfanne braten. Den Salat und die Paprikastreifen auf einem Teller anrichten und die Steakstreifen darüber verteilen.
2. Mit Sojasoße abschmecken.

Zutaten

- [ ] 50 g Rucola
- [ ] 50 g Eisbergsalat
- [ ] 120 g Steak, in Streifen
- [ ] 1 EL Sojasoße
- [ ] 1 gelbe Paprika, in Streifen
- [ ] ½ Zwiebel
- [ ] 1 EL Olivenöl

Nährwerte pro Person

Energie	**277 kcal**
Kohlenhydrate	**9 g**
Fett	**11 g**
Eiweiß	**38 g**