

# Fleisch

Über 100 Rezepte in 820 Fotos  
Schritt für Schritt



**jourist**

30 Sekunden anbraten.

## **Schritt 5:**

Den Herd runter drehen und das Fleisch in noch ca. 5/10 Minuten gar braten.

# Beefsteak nach mexikanischer Art

Anzahl Personen: **4**

Kalorien: **256 kcal pro Portion**

Zeitbedarf: **40 Min.**



Nun habe ich endlich genug Zeit, das Beefsteak nach mexikanischer Art auf die Webseite zu stellen. Wie immer nichts Kompliziertes, aber sehr lecker und leicht

für den Körper. Anzumerken ist, dass es eine Variante der Fleischzubereitung mit Gemüse und eindrucksvollem Servieren ist. Mit Tequila und Tortillas passt es sehr gut!

## Zutaten:

*Rinder Bratfleisch 500g*

*Meersalz ¼Tl*

*Gemahlener schwarzer Pfeffer ¼Tl*

*Zwiebeln 1St.*

*Paprika rote 1St.*

*Knoblauchzehen 4St.*

*Rote Tomaten 250g*

*Lauchwiebel 20g*

*Petersilie 20g*

## Zubereitung:

## Schritt 1:



*Rinder Bratfleisch 500g*

*Meersalz ¼Tl*