

## Flank Steak | Schwarze Bohnen Sauce | Linsensalat



### Zubereitung

Die Schwarze Bohnen Sauce mit der Chili-Mayonnaise, dem Ingwer und dem Agavensirup verrühren. Den Grill fürs Grillen bei mittlerer Hitze vorbereiten.

Den Grill und das Steak mit dem Sesam-Öl einölen, das Steak auf den Grillrost legen und 6 bis 8 Minuten zugedeckt für Medium Rare grillen. In der Zwischenzeit die Lauchzwiebeln waschen und putzen, in feine Ringe schneiden.

Das Steak vom Grill nehmen, mit 2 EL der vorbereiteten Sauce beträufeln und fünf Minuten ruhen lassen. Erst dann in Tranchen schneiden.

### Anrichten

Den Linsensalat in eine Schale geben, Steak-Tranchen anlegen, die restliche Sauce zugeben. Lauchzwiebelringe darüberstreuen.

### 30 ml Schwarze Bohnen Sauce

Kategorie: Zutaten - Gewürze & Würzsaucen



### Allergene

Senf, Sellerie, Sojabohnen, Sesamsamen

### Zutatenliste (1 Portion)

#### 60 g Flank Steak

Kategorie: Tiefkühl - TK Fleisch



Suche in der Textsuche oder Sprich: „Flank Steak“

#### 5 ml Sriracha Chili-Mayonnaise

Kategorie: Zutaten - Soßen, Dressings & Dips



#### 1 Prise Ingwer gemahlen

Kategorie: Zutaten - Gewürze & Würzsaucen



#### 4 ml Agavensirup

Kategorie: Frühstück - Backwaren & Aufstrich



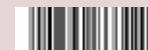
#### 30 g Linsensalat

Kategorie: Kühltheke - Frische Convenience



#### 3 ml Sesam-Öl

Kategorie: Zutaten - Essig, Fette & Öle



#### 100 g Lauchzwiebeln

Kategorie: Obst & Gemüse - Gemüse & Co.



Suche in der Textsuche oder Sprich: „Lauchzwiebeln“