

Rinder-Tatar mit Wildkräuter-Salat, frittierte Kapern

Für zwei Personen

Für das Tatar:

350 g Rinderfilet	2 Schalotten	4 Cornichons
4 Sardellenfilets	1 EL Kapern, in Salzlake	3 Eier
$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	$\frac{1}{2}$ EL Dijon-Senf	$\frac{1}{2}$ TL Zucker
$\frac{1}{2}$ TL edelsüßes Paprikapulver	Olivenöl	Salz

weißer Pfeffer

Für den Salat:

50 g Wildkräuter	1 Zitrone	1 EL Sonnenblumenöl
1 Prise Zucker	Salz	

Für die Kapern:

2 EL Kapern, in Salzlake	1 EL Mehl	200 ml neutrales Öl
--------------------------	-----------	---------------------

Für die Garnitur:

Kürbiskernöl

Für das Tatar:

Das Rinderfilet mit einem scharfen Messer in kleine Würfel schneiden.

Fleisch in eine gekühlte Schüssel geben, mit Zucker, $\frac{1}{2}$ Teelöffel Salz und Paprikapulver würzen. Schüssel mit Frischhaltefolie abdecken, kaltstellen und 15 Minuten durchziehen lassen.

2 Sardellenfilets, Kapern und Cornichons fein hacken.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und diese fein hacken. Etwas Petersilie für die Garnitur beiseitelegen. Schalotten abziehen, fein würfeln und einige Sekunden in kochendem Wasser blanchieren. Dann durch ein Sieb gießen und abkühlen lassen. Eier trennen und die Eigelbe auffangen.

Fleisch aus dem Kühlschrank nehmen und mit Senf, 1 Eigelb, Schalotten, Kapern, Sardellen, Cornichons und Petersilie mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Ggf. etwas Olivenöl unterrühren. Zum Anrichten einen Metallring mit einem Durchmesser von etwa 10 cm innen leicht einölen und das Tatar hineingeben, glattstreichen und den Ring abziehen. In die Oberfläche des Tatars mit der Rückseite eines Teelöffels eine kleine Vertiefung hineindrücken. Je ein Eigelb in die Vertiefung geben. Mit einem frischen Petersilienzweig und einer Sardelle garnieren.

Um die rote Farbe des Rinderfilets zu erhalten, können Sie entweder Paprikapulver oder ein wenig Ketchup unter das Tatar rühren. Zitronen- oder Limettensaft sollten Sie nicht hinzugeben, weil das Fleisch sonst weiß wird. Benötigen Sie aber dennoch etwas Frische, verwenden Sie lediglich Zitronen- oder Limettenabrieb.

Für den Salat:

Zitrone halbieren und Saft auspressen. 1 Esslöffel Zitronensaft und Öl verrühren und mit $\frac{1}{3}$ Teelöffel Salz und $\frac{1}{3}$ Teelöffel Zucker abschmecken.

Salat waschen, trockenschleudern und vor dem Servieren marinieren.

Für die Kapern:

Kapern in einem Sieb abtropfen und anschließend auf Küchenpapier trocknen lassen. Dann die Kapern mehlieren und im heißen Öl frittieren.

Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Garnitur:

Gericht mit Kürbiskernöl beträufeln, auf Tellern anrichten und servieren.

Laura Mueller am 29. September 2020