

Tagliata di manzo, Röstzwiebeln, Spinat-Salat

Für zwei Personen

Für die Tagliata di manzo:

200 g Rumpsteak 2 TL Piment d'Espelette Meersalz
Pflanzenöl

Für die Röstzwiebeln:

1 rote Zwiebel 4 EL Mehl Pflanzenöl, Salz

Für den Spinatsalat:

100 g Babyspinat 1 rote Zwiebel 100 ml Rotwein
50 ml Portwein 1 EL Sojasauce 1 EL dunklen Balsamico
2 EL Zucker 2 EL Olivenöl

Für die Aioli:

2 Knoblauchzehen $\frac{1}{2}$ Zitrone, Saft 1 Ei
1 TL Senf 200 ml Rapsöl 1 TL Zucker
1 TL Salz

Für die Bruschetta:

150 g Riesengarnelen 100 g ausgelöste Edamame 1 Ciabatta-Brötchen
1 Zweig Basilikum 1 Zweig Minze 1 Prise Piment d'Espelette
Olivenöl Salz Pfeffer

Für die Garnitur: 1 Zweig Basilikum 1 Zweig Minze

Für die Tagliata di manzo: Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Rumpsteak großzügig von allen Seiten mit Piment d'Espelette würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen und Fleisch für jeweils $\frac{1}{2}$ Minute von allen Seiten kurz darin anbraten. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Kurz vor dem Servieren in Tranchen schneiden.

Für die Röstzwiebeln: Zwiebel abziehen und in feine Ringe schneiden. Im Mehl wenden. Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebelringe darin knusprig ausbacken. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen und mit Salz würzen.

Für den Spinatsalat: Zucker in einem Topf karamellisieren. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Anschließend kurz im Karamell anschwitzen. Mit Rotwein und Portwein ablöschen und etwa 5 Minuten einkochen lassen. Gelegentlich umrühren.

Nun die Hitze reduzieren und weiter einkochen lassen. Unter Rühren erst Sojasauce, dann Balsamico und abschließend Olivenöl zu den Rotwein-Zwiebeln geben. Spinat waschen, trockenschleudern und in mundgerechte Stücke zupfen. Mit $\frac{1}{3}$ des Dressings vermengen, den Rest zum Anrichten aufbewahren.

Für die Aioli: Darauf achten, dass alle Zutaten in etwa die gleiche Temperatur haben.

Ei, Zitronensaft, Zucker, Salz, Senf und abgezogene Knoblauchzehen in ein hohes Gefäß geben und mit dem Pürierstab aufmixen. Dann Öl einfließen lassen und weiter pürieren bis eine Emulsion entsteht.

Für die Bruschetta: Edamame 3-5 Minuten in Salzwasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Ciabatta in Scheiben schneiden, auf ein Blech mit Backpapier legen und mit Olivenöl beträufeln. Im Ofen etwa 5 Minuten rösten. Garnelen würfeln, in einer Pfanne mit Öl braten. Basilikum und Minze fein hacken und mit Edamame vermengen. Diese kurz mit den Garnelen braten. Mit Piment d'Espelette, Salz und Pfeffer würzen. Aioli, Bohnen und Garnelen auf geröstetem Brot verteilen. Mit Minze- und Basilikum-Blättern garnieren.

Jan-Timo Bender am 31. Juli 2024