

## Kalb-Tatar mit Pilz-Essenz

### Für 2 Personen:

#### Für das Kalb-Tatar:

300 g Kalbsfilet	2 Sardellenfilets	1-2 TL Kapern
1 TL Sojasauce	1-2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

#### Für die Pilzessenz:

100 g getrock. Pilze	200 ml Gemüsefond	Sojasauce
----------------------	-------------------	-----------

#### Für den Senf-Kaviar:

2 Stangen weißer Spargel	100 g Senfseed	150 ml Apfelsaft
100 ml Balsamicoessig	Salz	

#### Für die Mayonnaise:

1 Zitrone, Saft	1 Ei	1 TL Dijonsenf
150-200 ml Pflanzenöl	1 Prise Zucker	Salz
Pfeffer		

<b>Für die Garnitur:</b>	1-2 essbare Blüten	3-4 Spitzen Shisokresse
--------------------------	--------------------	-------------------------

Das Kalbsfilet sehr fein schneiden und in eine Schüssel geben. Mit Öl vermengen. Sardellen und Kapern fein hacken und zum Tatar geben. Mit Sojasauce, Salz und Pfeffer abschmecken. Alles gut vermengen und einige Minuten ziehen lassen. Dann erneut abschmecken. Tatar in einem Serviering anrichten.

Durch die Zugabe von Öl wird das Fleisch in seiner Textur sowie vor unschönen Verfärbungen geschützt.

**Für die Pilzessenz:** Gemüsefond in einen Topf geben und aufkochen lassen. Getrocknete Pilze zugeben und einige Minuten mitkochen lassen. Pilzfond durch ein Passiertuch abseihen und die Flüssigkeit auffangen. Flüssigkeit je nach Geschmack mit Sojasauce würzen. Pilzessenz am Tatar angießen.

**Für den Senf-Kaviar:** Senfseed einige Minuten in Wasser blanchieren und anschließend durch ein Sieb abgießen. Danach erneut mit frischem Wasser bedecken und den Blanchiervorgang wiederholen, um die Bitterstoffe zu reduzieren.

Das Wasser nochmals abgießen, dann Apfelsaft und Essig zur Senfseed geben und diese weich kochen. Spargel schälen und die holzigen Enden entfernen. Spargelstangen in mundgerechte Stücke oder Stifte schneiden und zur Senfseed in den Topf geben. Mitköcheln lassen. Senfseed und Spargel abgießen und mit kaltem Wasser abspülen. Mit Salz und Balsamicoessig abschmecken. Senf-Kaviar und Spargel auf dem Tatar anrichten.

**Für die Mayonnaise:** Ei trennen und in einer Schüssel das Eigelb, Senf, Zitronensaft, Salz und eine Prise Zucker gut vermengen. Unter ständigem Rühren langsam das Öl hinzufügen. Die Eigelbmischung und das Öl sollten Zimmertemperatur haben, so dass sich eine schöne Emulsion bildet. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf dem Tatar anrichten.

**Für die Garnitur:** Blütenblätter vorsichtig abzupfen und mit Kresse zum Garnieren verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Nelson Müller am 22. Mai 2026