

Carpaccio vom Rinder-Braten, Gemüse-Vinaigrette, Reis

Für 4 Personen

80 g gekochter Reis	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 rote Paprika	5 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer	1 Karotte	1 EL Orangen-Zesten
Zucker	150 ml Brühe	weißer Balsamico
60 g Bacon	1 Bund gemischte Kräuter	20 g frischer Blattspinat
2 EL schwarze Oliven	1/2 Gurke	40 g Sellerie
40 g Lauch	4 Radieschen	1 Bio-Orange
1/2 Bio-Zitrone	100 ml Pflanzenfett	1 Prise Paprikapulver
250 g kalter Rinderbraten	4 EL saure Sahne	

Backofen auf 120 Grad Ober-Unterhitze vorheizen.

Den gekochten Reis auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech verteilen und im Backofen ca. 30 Minuten trocknen lassen.

Für die Paprikacreme Zwiebel und Knoblauch schälen und grob schneiden.

Paprika waschen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und Paprika grob schneiden.

In einem Topf 1 EL Olivenöl erhitzen. Zwiebel, Knoblauch darin anschwitzen, Paprika zugeben und anbraten, dann Brühe angießen, mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 20 Minuten weich kochen.

Für die süß-sauren Karotten die Karotte schälen, waschen und in feine Ringe schneiden.

In einem Topf 1 EL Olivenöl erhitzen, die Karotten mit den Orangenzenen in den Topf geben und 1 EL Zucker zugeben, kurz schwenken. Dann ein Drittel der Brühe und 1 Spritzer Essig angießen und das ganze ca. 10 Minuten dünsten.

Die Speckscheiben in eine beschichtete Pfanne legen und bei mittlerer Hitze knusprig rösten. Dann auf einem Küchentrepp abtropfen lassen.

Die Kräuter abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden.

Spinat putzen, gut waschen, abtropfen lassen und in feine Streifen schneiden.

Oliven halbieren. Gurke waschen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und in 5 mm große Würfel schneiden. Sellerie schälen, waschen und in 5 mm große Würfel schneiden. Lauch putzen, waschen und fein schneiden. Radieschen putzen, waschen und fein würfeln.

Für das Dressing von der Orange und Zitronen den Saft auspressen und in eine Schüssel geben. 1 Spritzer der Oliven-Einlegetlüssigkeit und 3 EL Olivenöl zugeben.

Das Dressing mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Alles gewürfelte Gemüse, Spinatstreifen, Oliven, Schnittlauch, Dill und die Hälfte der Petersilie zugeben sowie die süß sauer gegarten Karotten und gut vermischen.

Den Paprika mit einem Pürierstab oder im Mixer fein pürieren und abschmecken.

Für den Reis in einem Topf das Pflanzenfett erhitzen, den Reis zugeben und aufpuffen lassen, dann mit einer Siebkelle herausnehmen und auf Küchentrepp abtropfen lassen.

Mit etwas Salz und Paprikapulver den gepufften Reis würzen.

Den kalten Braten in dünne Scheiben aufschneiden.

Zum Anrichten die Bratenscheiben nebeneinander auf dem Teller verteilen. Das marinierte Gemüse großzügig darüber verteilen. Etwas Paprikacreme und saure Sahne mit einem Esslöffel darum herum geben, etwas gepufften Reis und restliche Petersilie überstreuen und genießen.

Sören Anders am 26. Februar 2021