

Steak tartare mit pochiertem Ei

Für 2 Portionen:

Essig	2 EL Butter	2 Scheiben Toastbrot
2 Eier	160 g Rumpsteak	0,5 rote Zwiebel
1 Prise Gewürzsalz	1 Prise Pfeffermix	1 TL Dijon-Senf
1 Prise Würzkraft	1 Spritzer Chilisauce	1 EL Schnittlauchröllchen
1-2 EL Olivenöl		

1,5 L Wasser mit Essig in einem Topf erhitzen (Verhältnis 5:1).

Butter bei niedriger bis mittlerer Hitze in einer Pfanne zerlassen.

Toastbrote in der Butter von beiden Seiten goldbraun anbraten.

Ei auf einer ebenen Fläche anschlagen und aus der Schale vorsichtig in ein kleines Schälchen geben. Sobald das Wasser am Siedepunkt ist, das Schälchen samt Ei vorsichtig ins Wasser tauchen und das Ei herausgleiten lassen. Mit einem Kochlöffel das Eiklar vorsichtig in Richtung Eigelb schieben. Das Wasser einmal kurz aufkochen und dann die Hitze reduzieren. Das Ei 3-4 Minuten im heißen Wasserbad stocken lassen. Das Ei anschließend mit einer Schaumkelle aus dem Wasser schöpfen, das Essig-Wasser kurz verdampfen lassen und die dünnen Eiweiß-Ränder mit einem Messer wegschneiden. Mit dem zweiten Ei ebenso verfahren.

In der Zwischenzeit das Rumpsteak fein würfeln und in eine Schüssel geben. Zwiebel schälen und ebenfalls fein würfeln. Rumpsteak mit Gewürzsalz, Pfeffermix, Dijon Senf, Würzkraft flüssig, Sriracha Chilisauce, Zwiebel und Schnittlauchröllchen marinieren, vorsichtig vermengen und 2 Minuten ziehen lassen. Tatar anschließend mit Olivenöl verfeinern.

Jeweils eine Scheibe Toastbrot auf einen Teller geben. Tatar gleichmäßig auf beide Toasts verteilen und jeweils ein pochiertes Ei daraufsetzen. Toasts jeweils diagonal halbieren und mit einer Prise Pfeffer würzen.

Steffen Henssler am 07. Februar 2025