

Rinder-Tatar, Frühling-Kräuter-Salat im Parmesan-Körbchen

Für zwei Personen

Für das Rindertatar:

250 g Tatar vom Rind	1 eingel. Sardellenfilet	1 Schalotte
1 TL scharfer Senf	1 TL Tomatenketchup	1 TL Kapern
1 Msp gemahlener Kurkuma	1 Msp. edelsüßes Paprikapulver	1 Prise Zucker
1 EL mildes Olivenöl	milde Chiliflocken	mildes Chilusalz
Salz	Pfeffer	

Für das Parmesankörbchen:

50 g Parmesan (am Stück)

Für den Kräuter-Salat:

100 g kleine bunte Salatblätter	20 g Kräuterblätter	1 Zitrone
1 EL Olivenöl	mildes Chilusalz	Pfeffer

Für den Dip:

1 Bund Schnittlauch	1 Zitrone	60 g griech. Joghurt
1 TL scharfer Senf	Zucker	mildes Chilusalz

Tatar mit Salz und Pfeffer würzen.

Schalotte abziehen und in feine Würfel schneiden. Einen Topf mit Wasser füllen, etwas Salz hinzufügen und erhitzen. Sobald das Salzwasser kocht, Schalottenwürfel hineingeben und 2 Minuten blanchieren. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Das Sardellenfilet trocken tupfen und mit der Essiggurke und den Kapern fein hacken. Alles mit dem Rinderhack, Schalottenwürfeln, Olivenöl, Ketchup, Senf, Kurkuma und Paprikapulver vermischen. Mit Chilusalz, Chiliflocken und Pfeffer kräftig würzen.

Für das Parmesankörbchen Parmesan fein reiben. Eine beschichtete Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen. Den geriebenen Parmesan in zwei Hälften teilen. Anschließend je eine Hälften kreisförmig (ca. 10 cm Durchmesser) in die Pfanne streuen und goldbraun schmelzen lassen. Pfanne vom Herd nehmen, Parmesan darin kurz abkühlen lassen, bis die Konsistenz noch elastisch ist und mit einer Palette gelöst werden kann. Parmesan ablösen und in ein Glasschälchen drücken, sodass der Parmesan über den Rand schaut. Auskühlen lassen.

Für den Kräuter-Salat mit einem Zestenreißer von der Zitronenschale ca. 1 Messerspitze abreiben. Anschließend Zitrone halbieren und auspressen. 1 TL vom Zitronensaft mit dem Abrieb, sowie Olivenöl vermischen und mit Chilusalz und Pfeffer würzen.

Salatblätter, sowie Petersilie, Kerbel, Dill, Basilikum und Kresse waschen und trockenwedeln. Anschließend Salat- und Kräuterblätter darin marinieren.

Für den Dip Joghurt mit Senf verrühren. Zitrone halbieren, auspressen. Mit einigen Tropfen Zitronensaft, einer Prise Zucker, sowie etwas Chilusalz abschmecken. Schnittlauch waschen, trocken tupfen und Röllchen aus dem Schnittlauch schneiden, sodass die Röllchen ca. 1 EL füllen. Diese hinzufügen.

Zum Servieren einen Metallring (etwa 10 cm Durchmesser) auf einen Teller setzen. Die Hälfte der Fleischmasse in den Ring füllen, glatt streichen und den Ring abziehen.

Das Parmesankörbchen neben das Rindertatar setzen, mit dem marinierten Salat füllen, den Dip außen herum träufeln und servieren.

Alfons Schuhbeck am 22. April 2016