

Steak Tatar, Zucker-Schoten, Vanille-Chili-Schmand

Für 2 Personen

400 g Rinderfilet	300 g Zuckerschoten	4 Cocktailtomaten
1 Meerrettich	1 Schalotte	1 Zitrone, unbehandelt
100 g Essiggurken	1 Ei	200 ml Schmand
2 EL Ketchup	2 EL Senf	1 EL Honig
1 Bund Schnittlauch	50 g Kapern	2 Schoten Chili
1 Schote Vanille	2 Zweige Thymian	1 Zehe Knoblauch
4 EL Pflanzenöl	2 EL Olivenöl	1 EL Butter
Zucker	Salz	Pfeffer, schwarz

Die Zuckerschoten putzen, mit Salz und Zucker würzen und kurz ruhen lassen. Die Knoblauchzehe abziehen und in Butter andünsten. Die Schoten hinzugeben und bei mittlerer Hitze garen. Ein kleines Stück Meerrettich schälen, reiben und einen Teil des Schnittlauch fein hacken. Beides zu den Zuckerschoten geben. Schale von der Zitrone reiben. Anschließend die Zitrone halbieren und auspressen. Eine Chilischote halbieren und fein schneiden. Den Schmand mit Salz, Pfeffer, Honig, dem Zitronensaft und der Zitronenschale vermengen. Die Vanilleschote längs aufschneiden, das Mark herauskratzen und unter den Schmand heben. Das Ei trennen. Die Schalotte abziehen und würfeln. Die Essiggurken ebenfalls würfeln. Den restlichen Schnittlauch fein hacken. Das Ganze mit Ketchup, Senf, Kapern, Olivenöl und Eigelb zu einer Marinade vermengen. Das Filet waschen, trocken tupfen und auf einer Seite rautenförmig einschneiden. Auf der Unterseite salzen, pfeffern, zuckern und fünf Minuten auf der uneingeschnittenen Seite in Pflanzenöl anbraten. Die Marinade auf das Steak geben und zusammen mit den Zuckerschoten und dem Vanille-Chili-Schmand anrichten. Die Cocktailtomaten vom Strunk befreien und halbieren. Das Ganze mit den Tomaten und dem Thymianzweig dekorieren.

Stephan Werner am 10. September 2009