

Beef tatar mit paniertem Spargel und Wildkräuter-Salat

Für zwei Personen

Für das Tatar:

2 Rinderfilets à 200 g	5 Schalotten	10 Kapernäpfel
4 Eier	4 TL Paprikapulver	50 g Tomatenmark
50 g Tomatenketchup	3 EL Worcester Sauce	6 EL Olivenöl
3 EL scharfer Senf	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	Salz, Pfeffer

Für den Spargel:

5 Stangen weißer Spargel	2 Eier	200 g Creme-fraîche
3 EL Chili-Würzsauce	100 g Mehl	100 g Paniermehl
50 ml Olivenöl	50 ml Rapsöl	100 g Butter
2 Prisen Zucker		

Für den Salat:

75 g Rucola	75 g Gänseblümchen	75 g Brunnenkresse
75 g Sauerklee	1 Zitrone (Saft)	6 EL Olivenöl
6 EL dunkler Balsamico	1 TL scharfer Senf	1 Prise Zucker
1 TL Chili-Würzsauce	Salz	Pfeffer

Für die Garnitur: 5 g Chilifäden

Für das Tatar:

Das Rinderfilet waschen und trocken tupfen. In feine Würfel schneiden und in gewünschte Tatar-Größe hacken. Mit Salz und Pfeffer würzen. Schalotten abziehen, fein würfeln und unter das Tatar geben. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein schneiden. 1 EL Petersilie für den Dip an die Seite legen. Die restliche Petersilie unter das Tatar rühren. Eier aufschlagen, Eiweiß und Eigelb voneinander trennen und Eigelbe unter die Fleischmasse rühren. Ketchup, Tomatenmark, Senf, Paprikapulver, Olivenöl, Worcester Sauce und die Chili-Würzsauce mit dem Tatar mischen. Kapernäpfel abtropfen lassen, in kleine Stücke schneiden und mit den Händen vorsichtig durch die Masse mischen.

Für den Spargel:

Den Spargel schälen. Ein Topf mit Wasser mit Öl, 1 EL Salz und 1 Prise Zucker zum kochen bringen. Spargel in das siedende Wasser geben und 6 Minuten kochen lassen.

Spargel aus dem Wasser nehmen und mit kaltem Wasser abschrecken. Abtropfen lassen und bei Seite stellen. Mehl und Paniermehl getrennt in zwei Schüsseln geben und Eier in einer weiteren Schüssel aufschlagen. Abgekühlten Spargel mehlieren, durch die Eier ziehen und in Paniermehl wenden. Eine Pfanne mit Öl und Butter erhitzen und panierten Spargel kross anbraten. Creme fraîche mit 1 EL Petersilie vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Salat:

Den Rucola, Gänseblümchen, Brunnenkresse und Sauerklee abbrausen, trocken schleudern oder trocken tupfen und in eine Schüssel geben. Olivenöl und Balsamico in ein hohes Gefäß geben 2 EL Wasser hinzugeben und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Senf und Chili-Würzsauce unterrühren. Zitronenschale abreiben, halbieren, auspressen und Saft auffangen. Schale und 1 TL Zitronensaft unter die Vinaigrette mischen. Vinaigrette über den Salat geben und vorsichtig unterheben.

Für die Garnitur: Das Beef tatar und panierten Spargel auf Tellern anrichten und mit Chilifäden garnieren. Salat in kleine Schüsseln geben und servieren.

Alexander Schiebl am 20. Juni 2017