

# Carpaccio vom Rind mit Rucola-Salat und Knoblauch-Brot

**Für zwei Personen**

**Für das Carpaccio:**

300 g Rinderfilet	1 Zitrone	5 EL Olivenöl
Sonnenblumenöl	Salz, Pfeffer	

**Für den Salat:**

$\frac{1}{2}$ Lollo Rosso	1 Bund Rucola	2 getr. Tomaten
$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	50 g Parmesan	1 EL Zucker
1 TL Senf	5 EL Olivenöl	3 EL Essig
Salz, Pfeffer		

**Für das Knoblauch-Brot:**

$\frac{1}{2}$ Ciabatta	3 Knoblauchzehen	100 g Butter
Salz, Pfeffer		

Den Backofen auf 180 Grad Grillstufe vorheizen. Das Rinderfilet waschen, trocken tupfen und in dünne Scheiben schneiden. Ein Stück Frischhaltefolie mit etwas Sonnenblumenöl einstreichen, die Filetscheiben dazwischen legen und Plattieren. Die Zitrone halbieren und auspressen. Drei Esslöffel des Zitronensaft mit fünf Esslöffeln des Olivenöls verrühren. Die Marinade auf einen Teller pinseln und das Fleisch darauf verteilen. Das Fleisch ebenfalls mit der Marinade einpinseln. Den Salat putzen, waschen und trocken schleudern. Den restlichen Zitronensaft, das restliche Olivenöl, den Essig, den Zucker, den Senf und je eine Prise Salz und Pfeffer miteinander verrühren. Die getrockneten Tomaten klein schneiden, mit dem Salat vermengen und das Dressing darüber geben. Den Parmesan reiben. Den Schnittlauch waschen, trocken tupfen und in feine Röllchen schneiden. Den Parmesan sowie den Schnittlauch über den Salat geben. Die Knoblauchzehen abziehen, fein hacken und mit der Butter verrühren. Das Ciabatta in Scheiben schneiden. Die Ciabattascheiben mit der Knoblauchbutter bestreichen, salzen und pfeffern und für einige Minuten im vorgeheizten Backofen rösten. Das Carpaccio zusammen mit dem Salat und dem Knoblauch-Brot auf einem Teller anrichten und servieren.

Franz Eberhardt am 19. August 2014