

Polnische Bruschetta Brot mit Rinder-Tatar, Zwiebeln

Für zwei Personen

Für das Brot:

160 g Dinkel-Vollkornmehl	160 ml Buttermilch	1 TL Natron
1 Prise Zucker	1 TL feines Salz	

Für den Belag:

1 Rinderfilet à 200 g	2 Eier	$\frac{1}{2}$ Zwiebel
4 kleine Gewürzgurken	2 TL Worcestershiresauce	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für den Salat:

3 Knollen vorgek. Rote-Bete	3 Karotten	2 Cornichons
1 Zwiebel	1 Apfel	1 Zitrone
2 Eier	3 EL saure Sahne	1 EL Naturjoghurt
1 EL Senf	Salz	Pfeffer

Den Ofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für das Brot Mehl, Natron, Zucker und Salz vermischen. Buttermilch mit einem Handrührgerät unterrühren. Teig zu einem kompakten Leib kneten und diesen vierteln. Mit etwas Buttermilch bestreichen und für 20 Minuten im vorgeheizten Ofen kross backen.

Für den Brotbelag das Fleisch waschen, trockentupfen und durch den Fleischwolf drehen. Eier trennen. Tatar mit klein gewürfelten Gurken, Zwiebeln, Öl, Eigelb, Salz und Pfeffer vermischen.

Für den Salat die Rote-Bete-Knollen fein würfeln und mit Zitronensaft beträufeln. Apfel schälen, entkernen, würfeln und ebenfalls mit Zitronensaft beträufeln. Zwiebel abziehen, fein hacken und in einem Topf mit kochendem Wasser circa 30 Sekunden blanchieren. Karotten schälen, von den Enden befreien, grob schneiden und in reichlich gesalzenem Wasser gar kochen. Eier etwa zehn Minuten kochen. Aus saurer Sahne, Joghurt, Senf, Salz und Pfeffer ein Dressing anrühren.

Karotten, Eier und Gurken fein würfeln, mit Rote Bete und Apfel vermischen und miteinander marinieren.

Brot aus dem Ofen nehmen, dicke Scheiben schneiden und kurz abkühlen lassen. Brot in der Pfanne mit wenig Butter rösten und mit dem Tatar belegen.

Die polnischen Bruschetta mit Rote-Bete-Salat auf Tellern anrichten und servieren.

Alicja Heldt am 25. Oktober 2016