

Caesar Salad mit marinierten Rinder-Filet-Streifen

Für zwei Personen

Für den Salat:

2 Romanasalatherzen

200 g Parmesan

1 EL Weißweinessig

$\frac{1}{2}$ altbackenes Ciabatta

3 Sardellenfilets

1 Ei, Eigelb

250 ml Sonnenblumenöl

$\frac{1}{2}$ frisches Ciabatta

2 Knoblauchzehen

250 g Naturjoghurt

5 EL trockener Weißwein

Für die Rinderstreifen:

1 Rinderfilet à 150 g

5 g Gewürze-Pulver

Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für den Salat:

Den Romanasalat waschen, trockenschleudern und in Streifen schneiden. Das Ei trennen und das Eigelb leicht salzen, Weißweinessig angießen und cremig rühren. Sonnenblumenöl unterrühren und zu einer Mayonnaise verarbeiten. Mit dem Naturjoghurt vermischen.

Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Die Sardellenfilets wässern und in einer Moulinette mit dem Knoblauch zu einer Paste mixen.

Parmesan fein reiben. Sardellenpaste, Mayo-Masse, Weißwein und Parmesan zu einer Sauce verrühren. Sauce mit den Salatstreifen vermengen.

Altbackenes Ciabatta zu kleinen Croûtons würfeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Brot darin kross anrösten.

Das frische Ciabatta im Ganzen im Ofen bei 100 Grad Ober-/Unterhitze kurz erwärmen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden.

Für die Rinderstreifen:

Das Rinderfilet waschen, trockentupfen und in Streifen schneiden. Öl mit 5-Gewürze-Pulver, Salz und Pfeffer verrühren und die Fleischstreifen darin etwa 10 Minuten marinieren.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin scharf anbraten.

Den Caesar Salad auf einem Teller anrichten, Brotwürfel und Rinderfiletstreifen darauf verteilen und mit zwei Scheiben ofenwarmem Ciabatta servieren.

Philipp Teschner am 04. April 2017