

# Beef tartare, Wachtelei, Lachs-Tatar mit Avocado-Creme

## Für zwei Personen

### Für das Beef-Tatar:

200 g Rinderfilet	1 Schalotte	$\frac{1}{2}$ Zitrone
1 Ei	1 EL kl., eingelegte Kapern	1 Gewürzgurke
1 EL Dijon-Senf	1 EL Tomatenketchup	1 Spritzer Worcestersauce
1 TL Paprikapulver, rosenscharf	Salz	Pfeffer

### Für das Wachtelei:

1 Wachtelei	1 EL Salz	2 EL Essig
-------------	-----------	------------

### Für das Lachs-Tatar:

200 g Lachsfilet, mit Haut	$\frac{1}{2}$ Bund Frühlingszwiebeln	1 Zitrone
4 Zweige Petersilie	4 Zweige Dill	4 Zweige Schnittlauch
1 EL Sonnenblumenöl	1 Schuss Tabasco	Öl, Salz, Pfeffer

### Für die Avocadocreme:

1 Avocado	1 Limette	1 EL saure Sahne
1 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

### Für die Garnitur:

2 Frühlingszwiebeln	2 EL Kapernäpfel	2 Physalis
---------------------	------------------	------------

### Für das Beef-Tatar:

Rinderfilet waschen, trockentupfen und in kleine Würfel schneiden.

Schalotte abziehen und ebenfalls würfeln. Kapern und Gewürzgurke kleinschneiden und zusammen mit der Schalotte zum Fleisch geben.

Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Ei trennen und Eigelb mit Senf, Ketchup, Paprikapulver und Worcestersauce sowie etwas Zitronensaft abschmecken und im Kühlschrank kalt stellen.

### Für das Wachtelei:

Einen Topf mit Wasser erhitzen. 1 EL Salz sowie 2 EL Essig hinzugeben.

Ei in eine Tasse schlagen und vorsichtig in heißes, nicht sprudelndes Wasser geben. Langsam garen lassen, bis es innen noch weich ist.

### Für das Lachs-Tatar:

Lachsfilet waschen, trockentupfen und von der Haut lösen. Haut kräftig salzen und in einer Pfanne mit Öl knusprig braten. Lachsfilet in feine Würfel schneiden. Petersilie, Dill sowie Schnittlauch klein hacken und je einen Esslöffel zum Lachs geben. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Lachs mit Zitronensaft, Tabasco, Salz und Pfeffer würzen.

Sonnenblumenöl für die Konsistenz und Glanz hinzugeben. Tatar in den Kühlschrank stellen.

### Für die Avocadocreme:

Avocado halbieren, vom Kern befreien und das Fruchtfleisch herauslösen. Limette halbieren und den Saft einer halben Limette auspressen. Zusammen mit Olivenöl und saurer Sahne zu der Avocado geben und vermischen, sodass eine cremige Konsistenz entsteht. Es sollen dabei Avocado-Würfel sichtbar bleiben. Mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.

### Für die Garnitur:

Frühlingszwiebeln hacken.

Stefan Viltsmaier am 21. Juni 2022