

# Kalb-Tatar mit Thunfisch-Soße, Kapern, Ei und Brotchip

## Für zwei Personen

### Für das Tatar:

300 g Kalbsfilet	1 Schalotte	1 Zitrone
1-2 Spritzer Worcestersauce	1-2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

### Für die Thunfisch-Sauce:

185 g Thunfisch im eigenen Saft	3 Sardellenfilets	2 EL Kapern
$\frac{1}{2}$ Zitrone	2 Eier	2 TL Senf
200 ml Rapsöl	1 TL Salz	

### Für die frittierten Kapern:

1 EL Kapern, in Salzlake	8 Kapernäpfel, in Salzlake	Mehl, Öl
--------------------------	----------------------------	----------

### Für das pochierte Ei:

2 Eier	4 EL Essig
--------	------------

### Für den Brotchip:

$\frac{1}{2}$ Ciabatta	1 Knoblauchzehe	100 ml Olivenöl
------------------------	-----------------	-----------------

grobes Meersalz

## Für das Tatar:

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Kalbsfilet in feine Würfel schneiden. Schalotte abziehen, ebenfalls würfeln und kurz blanchieren. Beides in eine Schüssel geben. Zitrone heiß abspülen und die Schale abreiben. Fleisch mit Zitronenabrieb, Worcestersauce, Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken und durchziehen lassen.

## Für die Thunfisch-Sauce:

Thunfisch abtropfen lassen. Zitrone halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Thunfisch mit Sardellenfilets, Kapern und Zitronensaft in einen hohen Becher geben. Das Ganze mit dem Stabmixer pürieren. Eier trennen und dabei die Eigelbe auffangen. Eigelbe und Senf mit in den Becher geben und unter Zugabe von Öl mit dem Stabmixer zu einer Sauce hochziehen. Je mehr Öl hinzugegeben wird, desto dicker wird die Sauce. Mit Salz abschmecken.

## Für die frittierten Kapern:

Kapern und Kapernäpfel mehlieren und in neutralem Öl für ca. 30 Sekunden frittieren.

## Für das pochierte Ei:

1 Liter Wasser und Essig in einen Topf geben und aufkochen lassen. Ei in den Topf gleiten und ca. 3 Minuten pochieren lassen. Dabei mit dem Löffel während des Pochierens immer wieder das Eiweiß in Richtung Eigelb zurückstoßen.

Fertiges Ei mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben und gut abtropfen lassen.

## Für den Brotchip:

Ciabatta in dünne Scheiben schneiden. Knoblauch zerdrücken und in das Olivenöl geben, kurz durchziehen lassen. Die Brotscheiben im Öl wenden, auf ein Backblech legen und mit Meersalz bestreuen. Im Ofen 10 Minuten goldgelb backen.

Das Tatar in einem Ring anrichten und das pochierte Ei auflegen. Sauce um das Tatar herum drapieren, ebenso die Kapern. Brotchip auf dem Tatar neben dem Ei anstecken.

Bernd Demel am 05. Oktober 2022