

Rinderfilet-Würfel, Miso-Zwiebeln, Pilze, Ponzu-Butter

Für zwei Personen

Für das Rinderfilet:

150 g Rinderfilet	1 EL helle Sojasauce	1 EL Mirin
1 EL Sake	1 EL Sonnenblumenöl	Salz, Pfeffer

Für die Miso-Zwiebeln:

1 kleine Zwiebel	3 EL kalte Butter	1 TL helle Miso-Paste
200 ml Rinderfond	1 EL Sonnenblumenöl	

Für die Pilze:

150 g Shiitake-Pilze	100 g weiße Champignons	2 Frühlingszwiebeln
1 Limette, Saft, Abrieb	1 Zitrone, Saft, Abrieb	1 Mandarine, Saft, Abrieb
2 EL kalte Butter	1 EL Sojasauce	Salz, Pfeffer

Für das Tamagoyaki:

3 Eier, L	1 Beet Daikon-Kresse	2 EL Sesamöl
1 TL Sojasauce	1 TL Mirin	Salz

Für die Gurken:

2 Snack-Gurken	2 TL Reissessig	1 TL Zucker
Chiliflocken	Salz	Pfeffer

Für das Rinderfilet:

Das Rinderfilet in 2x2 cm große Würfel schneiden. Sojasauce, Mirin und Sake verrühren und die Würfel darin für 20 Minuten marinieren.

Eine Pfanne erhitzen, Öl zugeben. Filetwürfel aus der Marinade heben, auf Küchenkrepp abtropfen lassen und 4-6 Minuten braten, salzen und pfeffern. Herausnehmen und in Alufolie ruhen lassen.

Für die Miso-Zwiebeln:

Zwiebel abziehen und in Streifen schneiden. Im Bratensatz der Rinderfiletwürfel die in Streifen geschnittene Zwiebel mit etwas Öl glasig dünsten. Mit Rinderfond ablöschen. Kurz vor dem Servieren die Miso-Paste und die kalte, in kleine Stückchen geschnittene Butter mit dem Schneebesen unterrühren.

Für die Pilze in Ponzu-Butter:

Pilze vorsichtig mit Küchenkrepp abreiben, Stiele entfernen und die Pilzköpfe vierteln. Schalen von Limette, Zitrone und Mandarine abreiben und jeweils den Saft auspressen. Je 1 TL Abrieb sowie je 1 TL Saft mit der Sojasauce verrühren. Frühlingszwiebeln putzen und in schräge 2 cm lange Stücke schneiden.

In einer Pfanne das Öl erhitzen und die Pilze anbraten, mit dem Saft-Gemisch ablöschen, köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Frühlingszwiebeln zugeben und kurz mitbraten. Vor dem Servieren die kalte, in kleine Stückchen geschnittene Butter unterrühren. Mit etwas Schalenabrieb bestreuen.

Für das Tamagoyaki:

Eier verquirlen, Sojasauce und Mirin und dazugeben, mit Salz würzen.

Eine schmale rechteckige (Tamagoyaki-)Pfanne erhitzen und mit Öl auspinseln. Eimasse dünn eingießen und stocken lassen. Von einer Schmalseite aufrollen. Anschließend die Rolle zum anderen Pfannenende schieben. In die Pfanne nun die weitere Eimasse gießen und

wieder stocken lassen. Den Vorgang so lange wiederholen, bis die Eiermasse aufgebraucht ist.

Eierrolle aus der Pfanne heben und auskühlen lassen. In 1 cm breite Scheiben schneiden und mit Daikon-Kresse dekorieren.

Für die Gurken-Amazuzuke:

Snack-Gurken waschen und in dünne, schräge Scheiben schneiden.

Salzen und die weiteren Zutaten zugeben und gut vermengen. Das Ganze 30 Minuten stehen lassen.

Petra Pechacek am 04. März 2025