

Tataki vom Kalb

200 g Kalbhüfte	3 EL Mirin	2 EL Sojasauce
2 EL Sake	1 Limette	Saft
Sesam, schwarz und weiß	Öl, Lauchzwiebeln	

Das Kalbfleisch gut parieren (Sehnen, Fett, etc. entfernen).

Mirin, Sojasauce und Sake in einen Topf geben und aufkochen, bis es eingedickt ist. Dann den Limettensaft hinzugeben.

Eine Pfanne richtig heiß werden lassen, einen guten Schuss Öl hineingeben und das Kalbfleisch von jeder Seite 1 Minute scharf anbraten (auch vorne und hinten nicht vergessen.) Das Fleisch aus der Pfanne nehmen, eine Plastiktüte mit der Hälfte der eingekochten Sauce füllen und das angebratene Fleisch hineingeben. Für eine Stunden in den Kühlschrank geben.

Das Kalbfleisch aus dem Beutel entfernen und in dünne Scheiben aufschneiden.

Die restliche Sauce darüber geben, mit dem Sesam bestreuen und genießen.

NN am 15. Oktober 2018