

Rinder-Tatar mit Paprika-Gemüse

Für zwei Personen

Für das Rindertatar:

150 g Rinderfilet	$\frac{1}{2}$ Tomate	$\frac{1}{2}$ Zwiebel
5 Gewürzgurken	Gurkenwasser	1 TL Kapern
1 Ei	1 EL Ketchup	1 EL süßer Senf
1 Zweig glatte Petersilie	1-2 TL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für das Paprikagemüse:

1 rote Paprikaschote	1 gelbe Paprikaschote	$\frac{1}{2}$ Tomate
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1 Orange, davon Saft
1 EL Tomatenmark	1 Prise Piment d'Espelette	Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für das Brot:

1 Baguette	2 Knoblauchzehen	Olivenöl
------------	------------------	----------

Für die Garnitur:

1 Zweig Petersilie	1 Zweig Basilikum	Olivenöl, Salz
--------------------	-------------------	----------------

Für das Rindertatar:

Die Zwiebel abziehen, fein würfeln und kurz blanchieren. Im Anschluss abtropfen lassen. Gewürzgurken fein würfeln. Kapern hacken. Ei trennen und Eigelb auffangen. Rinderfilet fein hacken und mit Zwiebel, Gewürzgurken, 1-2 EL Gurkenwasser, Kapern, Eigelb, Ketchup, Senf und Olivenöl vermengen. Tomatenwasser auspressen und zum Tatar geben.

Petersilie fein hacken und unter das Tatar rühren. Tatar mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Paprikagemüse:

Zwiebel und Knoblauch abziehen, fein hacken und in Öl glasig anschwitzen. Rote und gelbe Paprika halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und fein würfeln. Zur Zwiebel in den Topf geben, Hitze erhöhen, salzen und Paprika krätig anrösten. Tomatenmark hinzugeben und mitrösten. Mit Piment d'Espelette und Salz würzen. Tomatenwasser auspressen und dazugeben. Alles etwas einköcheln lassen.

Orange halbieren und den Saft auspressen. Orangensaft unter das Paprikagemüse rühren.

Für das Brot:

Baguette halbieren, dann längs aufschneiden. Brothälften mit Knoblauch in etwas Öl goldbraun anrösten.

Für die Garnitur:

Blätter von Petersilie und Basilikum abzupfen. Mit Olivenöl beträufeln und leicht salzen. Als Garnitur auf das Tatar geben.

Alexander Kumptner am 29. September 2023