

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

Foto: ORF



Mühl^{1/4}lerisch Japanisches Tatakai

Maibock | Radieschen | Rhabarber | Selleriepüree mit Limette | Maiwipferl | Bärlauch- & Hollerblüten | Koriander | Chili

Zutaten für 4 Personen:

Maibock-Tatakai

- 400 g Maibock-Rücken (pariert)
- 2 EL helle Sojasauce (Shoyu)
- 1 EL Reissessig
- 1 TL Honig
- 1 TL geröstetes Sesamöl (für die Marinade)
- 1 EL geröstetes Sesamöl (zum Anbraten)
- 1 Stück frischer Ingwer (gerieben)
- 1 Knoblauchzehe (fein gehackt)
- 1 rote Chili (fein gehackt, je nach Schärfetoleranz)
- 1 Handvoll frischer Koriander (grob gezupft)

Saisonale Rohkost

- 4–6 Radieschen, hauchdünn gehobelt
- 1–2 junge Rhabarberstangen, geschält, in feine Streifen
- 2 EL Apfelessig
- 1 TL Zucker
- Salz

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

Selleriepüree mit Limette

- ½ Sellerieknolle, geschält und gewürfelt
- 100 ml Milch
- 50 ml Obers (Sahne)
- 1 EL Butter
- Salz, weißer Pfeffer
- Muskatnuss
- Abrieb von ½ unbehandelten Limette (frisch, zum Schluss)

Wald & Gartenaromen

- 1 EL junge Maiwipferl (gezupft)
- Einige Bärlauchblüten
- 1–2 Dolden frische Hollerblüten
- 1 TL schwarzer Sesam, geröstet
- 1 Spritzer Yuzu- oder Zitronensaft (optional)

Zubereitung

1. Tataki marinieren & anbraten:

- Marinade aus Sojasauce, Reisessig, Honig, Sesamöl, Ingwer, Knoblauch, Chili herstellen.
- Maibock in heißem gerösteten Sesamöl rundum sehr kurz anbraten (außen Röstaromen, innen roh).
- In die Marinade legen und kaltstellen (30–60 Min.), dann in dünne Scheiben schneiden.

2. Rohkost:

- Rhabarber mit Apfelessig, Zucker, Salz marinieren (ca. 15 Min.).
- Radieschen roh, hauchdünn und nur leicht gesalzen verwenden.

3. Selleriepüree mit Limettenabrieb:

- Selleriewürfel in Milch und Obers weichkochen.
- Mit Butter, Salz, weißem Pfeffer, Muskat pürieren.
- Zum Schluss frisch geriebenen Limettenabrieb einrühren – nicht kochen!

4. Anrichten:

- Tupfen mit Selleriepüree mittig platzieren.
- Tataki-Scheiben kunstvoll anlegen.
- Mit Rhabarber-Julienne, Radieschen, Koriander belegen.

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

- Waldkräuter & Blüten (Maiwipferl, Bärlauchblüten, Hollerblüten) locker drapieren.
- Mit schwarzem Sesam bestreuen, optional mit etwas Yuzu oder Limettensaft beträufeln.