

Schmeckt perfekt



Rezept von Andreas Döllerer

Yak-Tatar mit geröstetem Schwarzbrot & Kräutersalat

20 Minuten/leicht



Zutaten für 4 Personen

400 g Yak-Filet (zugeputzt)*.

Für die Marinade: 250 g weiße Zwiebel, 1 EL Worcestersauce, 1 EL edelsüßes Paprikapulver, 50 g Dijon-Senf, 30 g Sardellen, 50 g Kapern, 170 g Essiggurke, 150 g Sonnenblumenöl, 450 g Ketchup, Pfeffer, Salz, Olivenöl.

Für den Kräutersalat: Alpensäuerling, Sauerklee, Vogelmiere, Quendel.

Für die Salatmarinade: 50 g Zucker, 50 ml Wasser, 50 ml Rieslingessig, Salz, Olivenöl.
Zum Servieren: 4 Scheiben Schwarzbrot, 1 weiße Zwiebel, Olivenöl.

Zubereitung

Für die Marinade alle Zutaten im Mixer pürieren und nochmals mit Salz, Pfeffer und Olivenöl abschmecken. In ein Einmachglas füllen und im Kühlschrank lagern.

Das Yak-Filet von noch vorhandenen Sehnen und Häutchen befreien und mit einem Messer möglichst fein hacken. Mit 2 Esslöffel der Marinade marinieren und kräftig abschmecken.

Für den Kräutersalat aus Zucker, Wasser, Essig, Öl und Salz eine Marinade bereiten und die Kräuter damit besprühen.

Das Schwarzbrot in einer Pfanne mit Olivenöl knusprig rösten. Die weiße Zwiebel schälen und in Ringe schneiden.

Fleisch und Salat auf Tellern anrichten, mit dem gerösteten Schwarzbrot und Zwiebelringen anrichten.

***Dieses Gericht kann auch mit Rinderfilet zubereitet werden.**