

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



Beef Tatar vom Pinzgauer Rind

Koch Vitus Winkler

Zutaten

(4 Personen)

Für das Beef Tatar

- 40 g rote Zwiebeln
- 2 EL Olivenöl
- 20 g Essiggurken
- 5 g Petersilie
- 5 g Basilikum
- 200 g Rinderfilet
- Salz
- Pfeffer

Für die Marinade

- 1 EL Olivenöl
- 1 TL Honig
- 1 TL Dijonsenf
- Saft einer ½ Zitrone
- 1 TL Worcestershire Sauce
- 1 Schuss Cognac
- 1 TL Paprikapulver edelsüß
- 1 Msp. Cayennepfeffer
- Salz
- Pfeffer

Für die Bauernfeta-Cracker

- 100 g Frischkäse vom Jersey-Rind (alternativ: Bergkäse)

Für die pochierten Wachteleier

- 8 Wachteleier
- 500 ml Wasser
- 125 ml Apfelessig
- Salz

Für die Garnitur

- Rosmarinnadeln
- Basilikumblätter
- Bauernfeta-Cracker

Zubereitung

1. Für das Beef Tatar zuerst die rote Zwiebel in feine Würfel schneiden, kurz in einer Pfanne in etwas Olivenöl anbraten und abkühlen lassen. Die Essiggurken ebenso in kleine Würfel und die Petersilie und das Basilikum ganz fein schneiden.

2. Für die Marinade das Olivenöl mit dem Honig, dem Senf, dem Zitronensaft, der Worcestershire Sauce, einem Schuss Cognac und den Gewürzen in einer Schüssel mit einem Schneebesen glattrühren.

3. Nun das Rinderfilet mit einem scharfen Messer zuerst in dünne Scheiben, diese dann in feine Streifen und zuletzt in kleine Würfel schneiden. Die Würfel in eine Schüssel geben und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen, sodass das Fleisch eine schöne rote Farbe erhält.

4. Die fein geschnittenen Kräuter, die Essiggurken-Würfel und die ausgekühlten Zwiebeln in die Marinade einrühren und die Rinderfiletwürfel unterrühren. Das fertige Tatar vorerst kaltstellen und vor dem Anrichten nochmals abschmecken.

5. Für die Bauernfeta-Cracker den Frischkäse fein in eine heiße Pfanne bröseln und schmelzen lassen. (Eine weitere Methode ist es den Käse im Ganzen mit einer Seite direkt in eine beschichtete Pfanne zu legen und zu warten, bis sich eine Schicht davon auf dem Pfannenboden abgesetzt hat. Anschließend den Käse in der Pfanne mithilfe einer Spachtel wenden und zweite Seite knusprig braten.

6. Für die pochierten Wachteleier einen halben Liter Wasser mit Apfelessig in einem Topf zum Kochen bringen, salzen und mit einem Kochlöffel im kochenden Wasser kreisen, damit ein Strudel entsteht.

7. Die Wachteleier vorsichtig mit einem kleinen Messer aufschlagen und jeweils zwei in eine kleine Schüssel geben. Nun immer zwei Wachteleier vorsichtig mit dem Löffel ins kochende Essig-Wasser gleiten lassen, dabei umschließt das Eiweiß durch die Drehung im Wasser das Eigelb. Die Wachteleier für eine Minute ziehen lassen, mit einem Siebschöpfer aus dem Wasser heben und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

8. Zum Schluss mit zwei Löffeln aus dem Tatar Nocken formen und je drei davon auf einen flachen Teller setzen. Zwei pochierte Wachteleier und einen Bauernfeta-Cracker darauf geben und mit Rosmarinnadeln und Basilikumblättern garnieren.