

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

Fotocredit: Simeon Baker



Rindertaco mit Limettenmayonnaise und Schwarzbrotcroutons

Koch: Jonathan Burger

Zutaten

(4 Personen)

Für die Schwarzbrotcroutons

- 200 g Schwarzbrot (4 Scheiben)
- 200 g neutrales Pflanzenöl
- 100 g Butter
- 1 Knoblauchzehe mit Schale
- 3 Thymianzweige
- Salz
- Pfeffer

Für das Tatar

- 400 g Rinderfilet oder Beiried
- 40 ml Sojasauce
- Abrieb einer ½ Limette
- Cayennepfeffer
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl
- Petersilienblätter

Quelle: ORF extra

- 12 Salatblätter von 2 Salatherzen

Für die Limettenmayonnaise

- 80 g Mayonnaise
- 2 TL Sojasauce
- ½ Limette (Abrieb und Saft)
- Salz
- Cayennepfeffer

Für die Garnitur

- das Innere der Salatherzen
- frischer Schnittlauch
- frischer Kerbel

Zubereitung

1. Für die Croutons das Schwarzbrot in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne in heißem Pflanzenöl bei ständiger Bewegung leicht frittieren lassen. Nach etwa einer Minute die angepresste Knoblauchzehe samt Schale hinzufügen und nach einer weiteren Minute die Butter und die Thymianzweige begeben und alles durchschwenken. Anschließend die Croutons mit einem Sieb aus dem Fett herausnehmen, salzen und pfeffern und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

2. Für das Tatar das Rindfleisch in kleine Würfel schneiden und in eine große Schüssel geben. Dann die äußeren Salatblätter von den Salatherzen im Ganzen runterzupfen und waschen. Das Innere der Salatherzen halbieren und in feine Streifen schneiden – diese können später als Garnitur verwendet werden.

3. Nun das Tatar mit der Sojasauce, einer kleinen Prise Cayennepfeffer, Limettenabrieb, Salz, Pfeffer und einem Spritzer Olivenöl vermengen. Die frischen Petersilienblätter in feine Streifen schneiden und unter das Tatar rühren.

4. Für die Limettenmayonnaise die Mayonnaise, die Sojasauce, den Limettensaft und etwas Limettenabrieb miteinander vermengen und mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

5. Zum Schluss das Tatar in die Salatblätter füllen (etwa 2 Esslöffel Tatar pro Salatblatt) und mit etwas Limettenmayonnaise und ein paar Schwarzbrotcroutons anrichten. Die Tacos mit frisch geschnittenen Kräutern (Schnittlauch und Kerbel) und den Salatherzen-Streifen garnieren.

Tipp: Die frischen Rindertacos eignen sich hervorragend als leichte Vorspeise bei einem Grillabend im Sommer!