

# Tatar vom Saibling mit hausgemachtem Brot

 [swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/swrrecipe-swr-574.html](http://swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/swrrecipe-swr-574.html)



## KOCH/KÖCHIN

Catharina Lichtmannegger

## Zutaten:

---

### für den Tatar:

---

4 Saiblingsfilets  
1 Apfel  
1 kleine Gurke  
3-4 Schalotten  
1/4 Butternut-Kürbis  
1 Limette  
1 Bund Dill  
1 TL Honig für die Kürbis-Marinade  
Honig nach Geschmack  
Pfeffer nach Geschmack  
Salatblätter als Dekoration

### für das Weißbrot:

---

500 g Mehl (z.B. Dinkelmehl)  
60 ml warmes Wasser  
30 ml Olivenöl  
1 Päckchen Hefe  
Salz & Pfeffer  
Rosmarin und Basilikum nach Geschmack

## **Zubereitung:**

---

### **Tatar:**

Die Saiblingsfilets, den Apfel, die geschälte Gurke und die Schalotten in kleine Würfel schneiden und vermengen. Mit Zitronensaft beträufeln und etwas ziehen lassen. Dann je nach Geschmack mit Pfeffer und Honig abschmecken. Zum Schluss frisch geschnittenen Dill untermengen. Den Butternut-Kürbis hobeln, mit 1 TL Honig und einem Spritzer marinieren und auf den Tatar geben.

### **Weißbrot:**

Alle Zutaten zusammen in eine Schüssel geben und zu einem Teigkloß verrühren bis nichts mehr am Schüsselrand hängen bleibt. Den Teig unbedingt mindestens eine Stunde ruhen lassen; der Teig muss deutlich mehr werden. Dann drei Baguettes formen und sie für ca. 20 Minuten bei 180 Grad im Backofen backen.