

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 15. Oktober 2024** ▪
Vorspeise mit Nelson Müller



Patrick Sommer

**Surf & Turf mal anders: Tatar vom Rinderfilet mit
gegrillter Garnele und Feldsalat mit Kernöl-Vinaigrette**

Zutaten für zwei Personen

Für das Rindertatar:

- 1 pariertes Rinderfilet, ca. 150 g
- 2 eingelegte Sardellen
- 4 Cornichons
- 10 Kapern
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Eier
- 5 ml milde Sojasauce
- 15 g Dijonsenf
- 1 Msp. Chilipaste
- 15 g Tomatenketchup
- 1-2 Zweige Petersilie
- 10 Halme Schnittlauch
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in feine Würfel schneiden. Cornichons ebenfalls ganz klein würfeln und zum Rindfleisch geben. Sardellen mit den Kapern fast zu einem Brei hacken und ebenfalls dazugeben. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein gehackt dazugeben. Eier trennen und Eigelbe hinzugeben. Schnittlauch und Lauchzwiebel waschen und in feine Ringe schneiden, auch dazugeben. Sojasauce, Senf, Chilipaste und Ketchup unterrühren. Alles gut miteinander vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ziehen lassen. Das Tatar in einem Servierring anrichten.

Für die Garnele:

- 2 Riesengarnelen, ohne Kopf, Schale und Darm
- 1 Knoblauchzehe
- 50 g Butter
- 1 Zweig Rosmarin
- 1 Zweig Thymian
- Chilifäden, für die Garnitur
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Garnelen putzen und ggf. vom Darm befreien. Abwaschen und gut trocken tupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Rosmarin und Thymian waschen und gut trocken schütteln. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Garnelen mit den Kräutern und der zerdrückten Knoblauchzehe anbraten. Die Garnelen sollten in der Mitte unbedingt glasig bleiben. Am Ende die Garnelen auf dem Tatar positionieren und mit Chilifäden dekorieren.

Für den Feldsalat:

- 50 g Feldsalat
- 1 Apfel, Braeburn
- 8 Himbeeren
- 80 g Feta
- 1-2 TL Senf
- 2 EL Himbeeressig
- 2 EL Enchiladaessig
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 1 Msp. Chilipaste
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Feldsalat waschen und trockenschleudern. Feta und Apfel in kleine Würfel schneiden. Aus Himbeeressig, Enchiladaessig, Senf, Chilipaste, Salz, Pfeffer und Öl eine Vinaigrette mixen. Salat, Feta und Apfel mit der Vinaigrette mischen und die Himbeeren als Deko darauf setzen.

Für die Garnitur Kapernäpfel halbieren. Gericht mit halbierten Kapernäpfeln und Blüten
Essbare Blüten garnieren.
2 Kapernäpfel

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist die tropische **Garnele** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand September 2024):

- 1. Wahl: Vietnam, Aquakultur: Bio-Aquakultur, White Tiger Garnele (*Penaeus vannamei*) und Tiger-Garnele (*Penaeus monodon*)
- 1. Wahl: Europa, Aquakultur: Kreislaufanlagen mit Biofloc-Technologie