

RINDERTARTAR AUF PUMPERNICKEL MIT WACHTELSPIEGELEI

Ein Rezept von „Arte“ und „Morschel“ von der Männerkochgruppe Goethecuchi

Zutaten: ergibt 8 belegte Pumpernickel

- 100 g Rinderfilet ohne Sehnen
- 60 g Tatar vom Filet
- 1/4 TL Paprikapulver, edelsüß
- 1 Sardellenfilet
- 1-2 TL Kapern, in Essig eingelegt
- 2 Cornichons
- 10 Halme Schnittlauch
- 1 Frühlingszwiebel
- 1 TL grobköriger Dijon-Senf
- 8 Wachteleier
- Salz
- Pfeffer
- Meerrettich aus dem Glas
- saure Sahne
- 8 runde Pumpernickel
- Speiseöl
- Fleur de Sel oder Salzflocken
- Metallring von 5 cm Durchmesser

Zubereitung:

Das Rinderfilet wird mit einem scharfen Messer zuerst in Scheiben, dann in Würfel von 3-5 mm Kantenlänge geschnitten. Die Würfel werden mit dem durch den Wolf gedrehten Tatar gemischt, was der Masse mehr Bindung verleiht. Sardellenfilet und Kapern kurz unter kaltem Wasser abwaschen, klein hacken und zur Masse geben. Ebenso die in kleine Würfel geschnittenen Cornichons, das gehackte Weiße der Frühlingszwiebel und der in Röllchen geschnittene Schnittlauch – die Spitzen von etwa 5 cm Länge werden für die Dekoration aufgehoben. Mit Senf, Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken und in den Kühlschrank stellen.

Den Backofen auf 50°C vorheizen. Die Wachteleier öffnen (geht am besten mit einem „Frühstücks- oder Brötchenmesser“) und in der heißen Pfanne mit etwas Öl im Ring zu kleinen Spiegeleiern braten. Im vorgeheizten Ofen zwischenlagern. Den Metallring säubern.

Den Pumpernickel mit Meerrettich nach Geschmack bestreichen. Mit Hilfe des Metallrings eine Portion Tatar darauf geben und festdrücken. Einen halben Teelöffel saure Sahne und ein Wachtelspiegelei oben aufsetzen und mit einem Schnittlauchhalm und Salzflöcken garnieren.