

Rezept

# Steak »Tatar« mit Kapern, Oliven und roten Zwiebeln

Ein Rezept von Steak »Tatar« mit Kapern, Oliven und roten Zwiebeln, am 13.05.2025

## Zutaten

- |  |   |
|--|---|
| <b>280 g</b> Rindertatar, frisch vom Metzger durch den Fleischwolf gedreht | <b>1</b> Sardelle                         |
| 8-9 schwarze Oliven ohne Kern (20 g)                                       | <b>1 TL</b> Kapern                        |
| 1-2 Stängel frischer Basilikum   | <b>50 g</b> Essiggurken, z. B. Cornichons |
| <b>1 EL</b> Tomatenketchup   | <b>1 TL</b> scharfer Senf                 |
| Meersalz, z. B. Fleur de Sel   | <b>1</b> Eigelb (Größe M)                 |
| <b>1 Msp.</b> Cayennepfeffer   | schwarzer Pfeffer aus der Mühle           |
| <b>2</b> kleine Champignons  | ½ rote Zwiebel (60 g)                     |
| Trüffel- oder Gemüsehobel runder Metallring (9 cm Ø)                       | einige Tropfen Olivenöl zum Beträufeln    |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 260 kcal

## Zubereitung

1. Rindertatar in eine Schüssel geben. Die Sardelle kalt abspülen, mit einem Küchenpapier trocken tupfen und zusammen mit den Kapern fein hacken. Oliven und Essiggurken klein schneiden. Basilikum waschen und trocken schütteln. 8-10 mittelgroße Blätter abzupfen und grob schneiden. Den Rest zur Dekoration beiseitelegen.
2. Das Tatar sorgfältig mit den vorbereiteten Zutaten sowie Senf, Tomatenketchup und Eigelb verrühren und mit Meersalz, Pfeffer und Cayennepfeffer pikant abschmecken.
3. Die Zwiebel abziehen und in möglichst feine Streifen oder Ringe schneiden. Champignons putzen, evtl. Schmutzreste mit einem Küchenpapier abreiben.
4. Den Metallring auf einen Teller legen, die Hälfte des Tatars einfüllen und flach eindrücken. Den Ring abziehen und die zweite Portion ebenfalls auf diese Weise anrichten. Für eine schöne Optik die Tataroberfläche mit einem langen Messer rautenförmig einschneiden. Die Zwiebeln darauf verteilen und darüber dünn die Champignons hobeln. Mit einigen Tropfen Olivenöl beträufeln und Basilikum garnieren und z. B. mit Vollkornbrot, Pumpernickel oder Bauernbrot servieren. Was dabei nicht fehlen darf, ist frische Butter!