

Tatar angemacht mit bunten Saisonsalaten

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 20m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '20', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Ein herzhaftes, kalorienarmes Abendessen mit gesalzener Landbutter und geröstetem Bauernbrot

Zutaten

- 600 g leuchtend rotes Tatarfleisch, frisch gewolft
- 2 Schalotten in kleinen Würfeln
- 3 Cornichons in kleinen Würfeln
- 1 Tl Murcia Kapern in kleinen Würfeln
- 1 - 2 Sardellen (Geht auch ohne)
- 2 Eigelbe
- 2 - 3 Tl guter Ketchup
- Meersalz, frisch gemahlener Pfeffer, Rosenpaprika oder etwas gemahlener Chilli nach Geschmack

Zubereitungsart

Schritt1

Das absolut frische Tatarfleisch mit den Schalotten, den Kapern, Cornichons, den Eigelben, dem Ketchup und den Gewürzen vermengen. Nach eigenem Geschmack pikant abschmecken.

Schritt2

Anrichtevorschlag:

Schritt3

Zu einem Beefsteak formen, (150g - 180 g) und mit etwas Öl abstreifen, anrichten und mit den angemachten, bunten Salaten umlegen.

Schritt4

Dazu ein rustikales, geröstetes Bauernbrot oder Vollkornbrot und gesalzene Landbutter servieren. Dazu passt ein frisches Bier genau so gut wie ein Glas Rotwein.

Schritt5

.

Rezeptart: Rindfleisch **Tags:** herzhaft, kalorienarm, tatar

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/tatar-angemacht-mit-bunten-saisonsalaten/>