

Tagliata di Manzo

mit Kräutersalat und Mango- / Wassermelonen- / Gurkentartar

Zutaten für 4 Personen

2 Rindsfiletsteaks à 200g
Meersalz grob, Pfeffer
1 Stk. Mango
1 Stk. Salatgurke
200g Wassermelone
160g Kräutersalat
16 Stk. Cherrytomaten
Weisser Balsamico
Orangenessig (Wenger)
Olivenöl (sole e gusto)
1 Stk. Chilischote (klein)
Salz, Pfeffer (Wiberg)



Vorbereitung:

Kräutersalat waschen und gut auswinden. Wassermelone schälen und wenn nötig entkernen. Mango schälen und vom Stein trennen. Salatgurke schälen und entkernen. Wassermelone, Mango und Salatgurke in kleine Würfel schneiden. Chilischote entkernen und fein hacken. Backofen auf 120° Celsius Heissluft vorheizen.

Zubereitung:

Die Rindsfiletsteaks mit etwas Öl einreiben und anschliessend mit Meersalz und schwarzem Pfeffer aus der Mühle beidseitig würzen. In einer beschichteten Pfanne oder auf dem Grill beidseitig heiss anbraten (ca.2 Minuten pro Seite). Die Steaks nun auf dem Gitterrost im Backofen oder auf dem Warmhalterost des Grills ca. 5 Minuten abstehen lassen. Diese Garzeiten sind für die Garstufe "Medium rare". Wenn sie das Fleisch mehr durch mögen, können Sie das Fleisch entsprechend länger im Backofen oder auf dem Warmhalterost Ihres Grills lassen.

In der Zwischenzeit können Sie den Kräutersalat mit Salz, Pfeffer, Olivenöl und weissem Balsamico marinieren und auf die vorgesehenen Teller anrichten. In der Mitte etwas Platz lassen für das "fruchtige Tartar". Die Wassermelonen-/ Mango-/ und Gurkenwürfel vermischen und mit Salz, Pfeffer, Chili, Olivenöl und etwas Orangenessig abschmecken. Nun das fruchtige Tartar in der Mitte des Tellers in einen Ring (ca. 7cm Durchmesser) anrichten und leicht anpressen, dann den Ring wegziehen.

Nun das Fleisch in dünne Tranchen aufschneiden und ringsum auf den Salat anrichten. Mit etwas grobem Meersalz bestreuen und servieren. Passend zu diesem Gericht können Bratkartoffeln oder frisches Focaccia serviert werden.

Ä Guete!