Die Küchenschlacht – Menü am 15. März 2024 ▪ Zusatzgericht von Nelson Müller

Kalbstatar mit Bärlauch-Crème-fraîche und geröstetem Sauerteigbrot

Zutaten für zwei Personen

Für das Kalbstatar:
300 g Kalbsfilet
2 TL Kapern
2 Sardellenfilets
1 große Schalotte
1 Ei
2 TL Dijonsenf
1 TL Worcestershiresauce
Chilisauce, zum Abschmecken
Etwas Mineralwasser
¼ Bund Schnittlauch
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Ober-Unterhitze vorheizen.

Kalbsfilet sehr fein hacken oder in kleine Würfel schneiden. Je feiner das Fleisch geschnitten wird, desto zarter wird das Tatar. Öl und Kalbsfleisch miteinander vermengen.

Ei trennen. Eigelb auffangen. Sardellen und Kapern fein hacken.. Schalotte abziehen und fein würfeln. Schnittlauch fein schneiden. Eigelb mit Sardellen, Kapern, Schnittlauch, Senf, Worcestershiresauce, Chilisauce und einem Schluck Mineralwasser zum Kalbfleisch geben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Alle Zutaten vorsichtig vermengen. Dabei darauf achten, dass das Fleisch nicht zu stark bearbeitet wird, um die zarte Textur zu erhalten.

Beachten Sie, dass Kalbfleisch tendenziell weniger Gewürze benötigt, um seinen natürlichen Geschmack zu bewahren.

Wenn Schalotten zu scharf schmecken, können sie vor der Verarbeitung kurz in Wasser blanchiert werden. Dadurch werden Schalotten milder im Geschmack.

Für die Bärlauch-Crème fraîche:
20 g Babyspinat
1 EL geriebener Parmesan
3 EL Crème fraîche
¼ Bund glatte Petersilie
1 TL getrockneter Bärlauch, alternativ frischer Bärlauch
1 EL Pinienkerne
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Alle Zutaten bis auf die Crème fraîche, in eine Küchenmaschine geben und zu einem Pesto verarbeiten. Mit Salz abschmecken. Crème fraîche hinzugeben und nochmals mixen.

Für das geröstete Brot:
4 Scheiben Graubrot
Olivenöl, zum Beträufeln
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Brot sehr dünn aufschneiden, auf ein Backblech legen, mit Olivenöl beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Brotscheiben im vorgeheizten Ofen knusprig backen.

Für die Garnitur:
2 Babymöhren mit Grün
1 TL Butter
30 ml Gemüsefond
1 Zweig glatte Petersilie
Zucker, zum Würzen
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Möhren schälen, dabei das Grün nur zurückschneiden und den Blattansatz an der Möhre lassen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Karotte kurz darin braten. Anschließend Gemüsefond und Butter hinzugeben und schwenken. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Fond reduzieren lassen. Petersilie waschen, trockenwedeln, grob zupfen und zu den Karotten geben. Gelegentlich schwenken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.