Randen-Fleisch-Tatar

Gesamtzeit: 30 min

Aktivzeit: 30 min

Einfach



Zutaten

für 4 Personen

200 g	geschmortes Fleisch vom Schweizer Rind, siehe Tipp
1	rote Zwiebel
1 TL	brauner Zucker
1 EL	Rotweinessig
400 g	gekochte Randen
1	Apfel
1 Bund	Schnittlauch
1 EL	Meerrettichpaste aus dem Glas
50 g	Crème fraîche
50 g	Mayonnaise
1 EL	Zitronensaft
	Salz, schwarzer Pfeffer
8 Scheiben	Scheiben Toastbrot
	Schnittlauch oder Kresse zum Garnieren

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

431	kcal
17 g	Eiweiss
40 g	Kohlenhydrate
22 g	Fett

enthält Gluten

enthält Laktose

Zubereitung

1. Zwiebel schälen und in feine Scheiben schneiden. Zwiebelringe mit Zucker und Essig mischen und 20 Minuten ziehen lassen.

2. Fleisch in sehr feine Würfelchen (Brunoise) schneiden. Randen schälen und ebenfalls sehr klein würfeln. Apfel in Scheiben schneiden und Kerngehäuse entfernen.

3. Apfelscheiben ebenfalls in feine Würfelchen schneiden. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden.

4 Creme fraîche, Mayonnaise, Zitronensaft und Meerrettich verrühren. Fleisch, Randen, Apfel und Schnittlauch mit der Meerrettich-Sauce mischen und das Tatar mit Salz und Pfeffer würzen.

5 Toastbrot rösten.

6 Tatar in 4 Portionen teilen und mit Hilfe eines runden Ausstechers dekorativ auf Tellern anrichten. Zwiebeln abtropfen lassen. Tatar mit Zwiebeln und Schnittlauch oder Kresse garnieren. Mit dem Toastbrot servieren.
Tipp
Neben geschmortem oder gesottenem Rindfleisch kann das Tatar auch mit gekochten Resten vom Schweinefleisch zubereitet werden.