


Randen-Fleisch-Tatar



Meine Wahl.

 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.

Erhalte Rezepte, Tipps und spannende Geschichten rund um Schweizer Fleisch auf schweizerfleisch.ch.

- 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.