Rinderherz-Tatar



Sehr leckeres Abendbrot

Jetzt kann ich wieder einmal ein Gericht richtig mit Herz kochen bzw. zubereiten. Es ist ein kaltes Gericht. Ich habe Rinderherz gekauft und ein schönes Stück ohne jegliches Fett übrig. Herz ist kräftiges Muskelfleisch und bietet sich nicht nur für die übliche Zubereitung von Muskelfleisch wie Kurzgebratenes, Ragout oder Hackfleisch an. Sondern in diesem Fall auch für Tatar.

Ich folge einmal dem üblichen Verfahren, wenn der Fleischwolf erst einmal aus der Speisekammer ausgepackt ist, kann ich gleich noch ein weiteres Gericht damit zubereiten. Heute drehe ich Rinderherz durch den Fleischwolf.

Dazu kommen noch Schalotte und Knoblauch. Ein wenig verfeinert mit schwarzen Oliven. Und natürlich Senf und Eigelb. Für etwas Säure gebe ich etwas Zitronensaft hinzu. Gewürzt wird mit scharfem Paprikapulver, Salz und Pfeffer.

Dazu sind natürlich einige Schrippen notwendig. Ich hatte

genau zwei Schrippen vorrätig, so passte jeweils ein Viertel des Tatars auf eine Schrippenhälfte. Ein Baguette oder Ciabatta kann man natürlich auch verwenden.

Das Tatar ist wirklich köstlich. Etwas Grün macht sich immer gut auf den mit Tatar bestrichenen Schrippenhälften. Man verwende, was gerade vorrätig ist. Ich habe ein wenig kleingeschnittenen, würzigen Rucola verwendet.

Eine Variante wäre eventuell noch, das vermischte Tatar eine halbe Stunde in den Kühlschrank zu geben, damit es etwas durchziehen kann, und man verwendet es dann gekühlt.

Fertig ist das Abendessen.

Zutaten für 1 Person:

- 300 g Rinderherz
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 5 schwarze Oliven
- 1 TL mittelscharfer Senf
- 2 Eigelbe
- ¼ Zitrone (Saft)
- rosenscharfes Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer

- 2 Schrippen (*alternativ:* Baguette oder Ciabatta)
- Butter
- 3 Blätter Rucola

Zubereitungszeit: 10 Min.

Herz in kleine Stücke schneiden und durch den Fleischwolf in eine Schüssel drehen.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Oliven ebenfalls kleinschneiden. In die Schüssel geben. Senf und Eigelbe dazugeben. Zitronensaft darüber träufeln. Kräftig

mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen und alles gut vermischen.



Fertig gemischt

Schrippen jeweils in zwei Hälften schneiden, kräftig buttern und jeweils ein Viertel des Tatars darauf verteilen. Eventuell mit Salz und Pfeffer nochmals nachwürzen. Mit kleingeschnittenem, frischem Rucola bestreuen. Servieren.