



Smørebød Kochsession 331

21.09.2023

Gemüse-Tatar

Zander-Pfirsich-Nektarinen-Tatar

**Asiatisches-Tartar mit
Avocados und Mango Chuteney**

Philipp

Rinds-Tartar

Thomas

Rinds-Tartar

Alfredo

Schokolade-Tatar auf Amaretti

Zutaten für 8-10 Personen

Gemüse-Tatar

Zutaten Tatar:

75	g	Mascarpone
75	g	Quark
2	EL	fein geschnittener Schnittlauch
2	EL	gehackte Petersilie
300	g	gemischtes Gemüse saisonal, z.B. Peperoni, Radieschen, Stangensellerie, Zucchini, gerüstet, sehr klein gewürfelt,
3	EL	für die Garnitur beiseitestellen
Einige	Tropfen	Zitronensaft
¼	TL	Salz
		Pfeffer aus der Mühle



Garnitur:

		Rucola und Mischsalat saisonal,
6		Radieschen, in Spalten geschnitten

Zubereitung:

1. Mascarpone und Quark glattrühren. Schnittlauch, Petersilie, Gemüse und Zitronensaft daruntermischen, würzen.
Bis zum Anrichten zugedeckt kühl stellen.
2. Salat auf Teller geben. Gemüse-Tatar darauf verteilen, garnieren.

Zander-Pfirsich-Nektarinen Tatar

Zutaten Tatar:

1	Stk	Chilischote
0.5	Bund	Koriander
4	Stk	Nektarinen
2	EL	Olivenöl
0.5	TL	Pfeffer
4	Stk	Pfirsiche
1	Prise	Salz
0.5	Bund	Schnittlauch



Zutaten Würziger Fisch

1	Stk	Limette
1	EL	Olivenöl
1	Prise	Pfeffer
1	Prise	Salz
480	g	Zanderfilet

Zubereitung:

1. Den Fisch in kleine Würfelchen schneiden, in einer Schüssel mit dem Saft der Limette, Salz und Pfeffer vermengen. Danach das Olivenöl darunter geben.
2. Die Nektarinen sowie Pfirsiche waschen, und sehr fein würfeln. Mit Zitronensaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken. Chilischote von den Kernen befreien, kleinhacken und unter die Früchte mischen.
3. Die frischen Kräuter fein hacken und mit dem Fisch und den Früchten mischen. Das Tatar anrichten, dekorieren servieren. Salat oder frisches Brot dazu reichen.

Asiatisches Tartar mit Avocados und Mango Chuteney A la Philipp

Zutaten Tatar-Boden:

2 Stk Avocado in Würfel
Guacamole-Gewürz

Zutaten Rinds Tatar:

480 g Rindfleisch z.B. Huft
Ingwer gehackt
Koriander-Grün
Ketchup
Chili
Sojasauce
geröstetes Sesamöl



Zutaten Chuteney:

2 Stk Mango in Würfel
2 Stk Schalotten
Kreuzkümmel
Apfelsessig
Currypulver

Zubereitung:

1. Avocado nach Belieben würzen (zB mit einem Guacamole-Gewürz)
2. Für das Chuteney Schalotten und Kreuzkümmel in wenig Apfelsessig köcheln, Currypulver und Mangowürfel begeben. Kurz mitkochen und erkalten lassen.
3. Tartar-Fleisch würzen mit gehacktem Ingwer, gehacktem Koriander-Grün, Ketchup, Chili, Sojasauce und wenig geröstetem Sesamöl. Abschmecken

Rinds Tartar a la Thomas

Zutaten Tatar:

480	g	Rindfleisch z.B. Huft
1	Stk	Zwiebel
9	Stk	Cornichons
4 ½	TL	Kapern
150	g	Schnittlauch
6		Eigelb frisch
3	TL	Senf
4 ½	TL	Ketchup
3	TL	Chilisause z.B. Sriracha
3	TL	Rauchpaprikaöl
3	Spr.	Worcestersauce
		Salz und Pfeffer



Zubereitung:

1. Zwiebel, Cornichons, Kapern, Schnittlauch klein schneiden, Mit der Hälfte des Eigelbes mischen. Senf, Ketchup, Chilisause, Rauchpaprikaöl und Worcestersauce dazu mischen. Salzen und pfeffern.
2. Fleisch fein schneiden und von Hand gut mit der Sauce mischen, abschmecken. Mit einem Förmchen in die Mitte eines Tellers platzieren, das zweite Eigelb darauf gleiten lassen. Mit Schnittlauch und Microgreens garnieren. Mit frischem Brot servieren.
3. Für das Rauchpaprikaöl:
3 dl Sonnenblumenöl erhitzen und über 1 EL Rauchpaprika-Gewürz gießen. Eine Stunde ziehen lassen, absieben und abkühlen lassen. Das Öl lässt sich gut einige Monate lagern. Mit dem öl lässt sich das Raucharoma besser dosieren.

Rinds Tatar a la Alfredo

Zutaten Tatar:

480	g	Rindfleisch z.B. Huft
3	Stk	Frühlingszwiebel ohne grün
2	Stk	Essiggurken
1/3		Ketchup
1/3		Chili Ketchup
1/3		Sweet and Sour
		Zitonen-Pfeffer
		Whisky

Deko:

Kapern, Frühlingszwiebel, Radieschen, Cherry Tomaten



Zubereitung:

1. Zwiebel und Essiggurken fein hacken, mit dem Sausen vermischen. Abschmecken mit Pfeffer und Whisky.
2. Mit Dekomaterial anrichten

Schokolade-Tatar auf Amaretti

Zutaten Tatar:

2,5	dl	Rahm
3	EL	Puderzucker
1	EL	Kirsch, nach Belieben
1	TL	Vanillezucker
je 40	g	dunkle und weisse Schokolade, sehr fein gehackt



Deko:

		wenig Schokolade Späne
1	EL	Pistazien, gehackt
		Nach Belieben Puderzucker zum Bestäuben

Zubereitung:

1. Für das Schokolade-Tatar kurz vor dem Servieren Rahm steif schlagen. Puderzucker, Kirsch (nach Belieben), Vanillezucker und Schokolade sorgfältig darunterziehen. Schokolade-Tatar auf den gehackten Amaretti verteilen, garnieren.