

THE FLYING SCHLEMMER

TATAR RIND & PARMESAN

Ein Rezept von 2 Sternekoch Tohru Nakamura / Tohru in der Schreibung / München

Zutaten für 4 Personen

Tatar

400g Oberschale vom Rind (von allen Sehnen befreit)
1 kl. Schalotte
3 EL Denmiso
2 EL helle Sojasauce
50g geriebener Parmesan
abgeriebene Schale von 1/2 BIO-Limette
50ml Olivenöl
Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
1/2 Bund Estragon

Denmiso

250g helle Misopaste
250g dunkle Misopaste
150g Vollrohrzucker
100ml Sake
80ml Mirin
30ml Reisessig



Foto Credit: Hoang Dang



Zum Podcast



THE FLYING SCHLEMMER

TATAR RIND & PARMESAN

Ein Rezept von 2 Sternekoch Tohru Nakamura / Tohru in der Schreiberei / München

Zubereitung

Tatar

1. Das Fleisch mit einem scharfen Messer in feine Würfel schneiden. Das geht am besten, wenn es vorher ca. 30 Min. im Tiefkühler lag
2. Die Schalotten schälen und ebenfalls fein würfeln
3. Das Fleisch in einer großen Schüssel mithilfe einer Gabel mit Schalottenwürfelchen, Denmiso, Sojasauce, geriebenem Parmesan, der Limettenschale und Olivenöl vorsichtig vermengen, ohne die Struktur zu zerdrücken. Mit Salz und schwarzem Pfeffer würzen. Das Tatar ca. 10 Minuten stehen lassen und dann nochmals abschmecken, weil das Fleisch in der Zeit Salz "zieht"
4. Estragon abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden. Kurz vor dem Servieren unter das Tatar rühren. Mit weiterem geriebenem Parmesan bestreuen.

Denmiso

1. Alle Zutaten in einem Topf bei mittlerer Hitze, 20 Minuten unter ständigem rühren kochen.
2. Mischung in ein flaches Glas umfüllen, damit sie schnell abkühlt.
3. Anschließend in ein sauberes Schraubglas füllen.



Zum Podcast

