



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

TAVOLATA & degustazione di vini Toscani

CARPACCIO: KLASSISCH MIT RUCOLA UND PARMESAN

1. Das Wichtigste beim Carpaccio sind die dünnen Scheiben. Um die perfekt hinzukriegen, solltest du das Rindfleisch in Klarsichtfolie einwickeln und 1 Stunde ins Gefrierfach legen – so lange, bis es leicht angefroren, aber nicht durchgefroren ist. Danach lässt es sich mit einem scharfen Messer oder einer Aufschnittmaschine viel leichter in wirklich hauchdünne Scheiben schneiden.

2. Bestreiche 4 Teller dünn mit Öl, dann klebt das Filet nicht am Teller fest. Nun kannst du die vorbereiteten Fleischscheiben auf die Teller verteilen. Dabei dürfen sie leicht überlappen. Den Parmesan hobelst du hauchdünn, den Rucola wäschst du sorgfältig, entfernst welche Blätter oder harte Stiele.



Zutaten für 4 Portionen

- 250 g Rinderfilet
- Olivenöl
- 100 g Parmesan
- eine Handvoll Rucola
- Meersalz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- Zitronensaft



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Kalbstatar

1. Kalbsfilet mit einem scharfen Messer in kleine Würfel schneiden und fein hacken. Frühlingszwiebeln in sehr feine Würfel schneiden und mit den Kapern unter das Kalbfleisch rühren. Alles kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und gut verrühren. Am Schluss mit Olivenöl verfeinern.

2. Zitrone heiss abwaschen und die Schale fein abreiben. Die Zitrone anschliessend halbieren und den Saft auspressen. Zitronenschale ebenfalls unter das Kalbfleisch geben und mit Zitronensaft nach Geschmack abschmecken.

Dazu passt kräftiges Bauernbrot.



Zutaten für 4 Portionen

- 300 g Filet vom Schweizer (Traitafina) Kalb
- 1 kleine Frühlingszwiebel, fein gehackt
- 2 TL Kapern, fein gehackt
- Mit Olivenöl verfeinern
- Salz & Pfeffer aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 1 Zitrone



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Rindstatar

1. Fleisch in Scheiben schneiden. Fettstückchen und Sehnen wegschneiden, damit nur das zarte Fleisch übrigbleibt.
2. Fleisch anschliessend in Würfeli schneiden.
3. Würfel portionenweise kleinhacken. Die Stückchen sollten am Schluss nur noch 2–3 mm gross sein.
4. Fleisch zusammen mit Schalotten, Kapern, Petersilie, Cayennepfeffer, Senf und Eigelb in eine Schüssel geben und gut mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen und nochmals mischen. Zum Schluss das Eigelb darunterziehen.
5. Öl in einer Bratpfanne auf mittlerer Stufe erhitzen, bis es flüssig wird wie Wasser. Brotscheiben darin auf beiden Seiten braten, bis sie goldbraun und knusprig sind.



Zutaten für 4 Portionen

- 300 g Filetspitzen vom Schweizer (Traitafina) Rind
- 2 kleine Schalotten, fein gehackt
- 2 TL Kapern, fein gehackt
- 2 Eigelb / Salz / Chili Flakes / Pfeffer aus der Mühle & Senf
- 1 Bund Peterli, fein gehackt
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- Bauernbrot nach Bedarf

Tuna Steak «Teriyaki Style»



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

1. Das Thunfischsteak vertikal halbieren und beide Stücke mit Salz und Pfeffer würzen
2. Crème fraiche mit Zitronensaft, 1 Spritzer Sojasauce und 1 Spritzer Sriracha in einer Schüssel zu einem scharfen Sauerrahm verrühren
3. Den Thunfisch von jeder Seite ca. 30 Sekunden in einer SEHR heißen Pfanne mit Rapsöl anbraten. Das Öl aus der Pfanne gießen, den Thunfisch mit der Teriyakisauce ablöschen und anschliessend stark einkochen um den Thunfisch damit zu glasieren.
4. Den scharfen Sauerrahm auf zwei Teller streichen, den Thunfisch jeweils in gleichmässige Scheiben schneiden und auf dem Sauerrahm anrichten.



Zutaten für 4 Portionen

- 400 g Tuna Steak (zum Rohverzehr bestellen!)
- Salz & Pfeffer
- 200 g Crème fraiche
- 1 Zitrone, 1 Schuss Sojasauce, 1 Schuss Spur Sriacha
- 200 mililiter Teriyaki Sauce
- 1 Schuss Rapsöl