Tagliata di manzo

Leckerer Salat wird mit diesem Rezept zu einem kulinarischen Highlight. Als Vorspeise ist Tagliata di manzo der Knaller, aber auch als Hauptgericht absolut empfehlenswert.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 20 min

Gesamtzeit: 35 min

Foto: Yasmina Haryono

Zutaten

850 g	Rinderfilet
6 EL	Olivenöl
50 g	Pinienkerne
10 Stk.	Kirschtomaten
120 g	Salat (nach Wahl)
3 EL	Zitronensaft
1 Prise	Meersalz (grobes)
1 Prise	Pfeffer
50 g	Parmesan

Zubereitung

1. Für Tagliata di manzo als Erstes den Backofen auf 150°C vorheizen. Nun das Rinderfilet abwaschen und mit Küchenkrepp gut abtrocknen. In einer beschichteten Pfanne Öl heiß werden lassen und das Filet von allen Seiten scharf circa je 1 – 2 Minuten anbraten.

2. Das Öl muss wirklich schon richtig heiß sein, damit ein gewisser Bräunungsgrad erreicht wird. Das Fleisch danach in Alufolie packen und in den Backofen legen. Für medium ungefähr 15 Minuten und für englisch circa 10 Minuten die Hitze anlassen, dann ausmachen. Durch die Alufolie trocknet das Filet nicht aus.

3. Während das Fleisch im Backofen ist, Pinienkerne in einer Pfanne rösten. Dazu kein Öl verwenden.

4. Kirschtomaten und den Blattsalat waschen. Die Tomaten vierteln, den Salat trockenschütteln. Für das Dressing Zitronensaft, Salz und Pfeffer miteinander vermischen, erst dann das Öl dazugeben. Den Salat mit dem Dressing vermischen. Auf einem Teller den Blattsalat dekorativ anrichten, die Kirschtomaten dazugeben.

5. Das Fleisch aus der Alufolie nehmen, in dünne Scheiben schneiden und fächerförmig auf dem Salat anrichten. Frisch gemahlenes Meersalz und Pfeffer drüber geben, Pinienkerne darauf verstreuen und Parmesan darüber geben.

Tipp

Zu Tagliata di manzo schmeckt am besten frisches Baguette. Statt Pinienkerne kann man auch Walnüsse verwenden. Diese müssen jedoch sehr klein zerkackt werden. Als mögliche Salatsorten kann man Lollo Rosso, Zupfsalat oder Rucola verwenden.