



Rindertatar auf Polenta-Chips mit Zitrone-Koriander-Aioli

Gekocht von den Food-Buddy's



Zutaten für 4-6 Personen / Zeitaufwand ca. 60 Min.

- **100g feinkörniger Polenta**
- **5dl gut gesalzenes Wasser**
- **150ml Rapsöl**
- **2 Eigelb (frische Eier)**
- **2-3TL Senf**
- **2 Knoblauchzehen gepresst**
- **3-4 Stängel frischer Koriander**
- **Abrieb einer Zitronenschale**
- **200g Tatar vom Rind**
- **2-3EL Kapern**
- **Meersalz, Zucker, Pfeffer, Paprikapulver**
- **Dekoration -> Sprossen oder noch besser etwas frische Kresse**
- **Backpapier, etwas Öl für die Pfanne**

Polenta nach Anleitung kochen. Backpapier auf Backblech mit etwas Rapsöl einstreichen und wenig salzen. Polenta darauf gleichmässig und dünn verstreichen. Abkühlen lassen. Danach ausstechen mit einer Form nach Wunsch. In einer Bratpfanne mit wenig Öl goldbraun ausbacken. Die Randstücke können ebenfalls ausgebacken werden und mit der Aioli gereicht werden. Für den Tatar die Kapern fein haken und in eine Schüssel geben. 1 Eigelb daruntermischen, den Senf dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken. Alles gut durchmischen. Kleine Bällchen formen und Kalt stellen. Für die Aioli 1 Eigelb, Zucker, Salz, Pfeffer, 1TL Senf und den Zitronenabrieb verrühren. Das Rapsöl unter ständigem Rühren hineintröpfeln lassen bis eine schöne homogene Masse entsteht. Den gepressten Knoblauch und den Koriander daruntermischen und Kalt stellen. Zum Schluss alles schön anrichten und fertig ist die tolle Vorspeise oder Aperó.

Nun, ganz viel Spass beim Nachkochen und verköstigen. En Guetä.

Food-Buddy's

Ralph