



CHEFKOCH.DE

Tagliata di Manzo, klassisch

Die Qualität aller Zutaten, besonders aber die des Fleisches entscheidet über dieses Rezept. Wenn möglich, besorgt man sich für dieses toskanische Rezept Rindfleisch vom toskanischen Chianina Rind. Im Zweifel nehme man Rinderfilet, obwohl dieses Gericht nicht mit Filet gemacht wird.



Das Fleisch wird je nach Dicke in der Hälfte des Öls für 1 - 2 Minuten auf jeder Seite stark angebraten, bzw. gegrillt, gesalzen, gepfeffert und zum Ruhen in Alufolie gepackt und für einige Minuten in den 60°C warmen Ofen gegeben. Beim Grillen an den Rand des Grills legen.

Nun gibt man das restliche Öl mit dem Rosmarin in die Pfanne, um es bei wenig Temperatur zu aromatisieren. Den gewaschenen und getrockneten Rucola mit den Tomaten mit einem Dressing aus Olivenöl, Balsamico, Salz und Pfeffer gut vermengen, auf 4 Teller verteilen.

Das Fleisch pro Stück mit einem sehr scharfen Messer in dünne Scheiben schneiden, beim T-Bone ebenso, parallel zum Mittelknochen schneiden und auf dem Rucola verteilen, das warme, mit dem Rosmarin aromatisierte Öl ohne die Kräuter über das Fleisch geben und sofort servieren.

Das Fleisch wird außen knusprig, innen fast noch roh sein. Ein sehr minimalistisches Gericht ohne jeden Firlefanz.

Arbeitszeit: ca. 20
Min.
Schwierigkeitsgrad: normal
Brennwert p. P.: keine
Angabe

Zutaten für 4 Portionen:

500 gr. rindsfilet

2 EL Olivenöl bester
Qualität

1 Rosmarin

Zweig/e

Pfeffer

Salz (Fleur de
Sel)

Für das

Gemüse:

300 g Rucola

12 Kirschtomate(n),
frische, gute
Ware, halbiert

3 EL Olivenöl bester
Qualität

1 EL Balsamico, sehr
gute Qualität
Salz und Pfeffer

Verfasser: Mathias56