

Garnelen auf kurz gebratenem Tatarsteak

- **Portionen:** 4-6
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 20m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '20', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4-6', 'yield' : " } });
```

À la Surf and Turf, lauwarm, einfach köstlich

Zutaten

- Für die Tatarsteaks:
- 250 g taufrisches Tatarfleisch
- 1 rote Pfefferschote, entkernt, sehr fein gewürfelt
- 1 - 2 Schalotten, gewürfelt, nach Größe
- 1 EL Kapern, fein gehackt
- 2 EL gehackte Petersilie
- 1 TL mittelscharfer Senf
- 1 ½ TL Ketchup
- 2 EL Pflanzenöl
- 1 TL Butter
- 4 - 6 Garnelenschwänze, nach Größe, küchenfertig
- Saft 1 Zitrone oder Limette
- Etwas frischer Thymian und 1 gedrückte Knoblauchzehe zum mit braten.
- Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungsart

Schritt1

Die Garnelen bis auf das Schwanzende (Propeller) schälen und die Rückenseite leicht einschneiden. Mit einem kleinen Küchenmesser den Darm ziehen, mit etwas Zitronensaft marinieren.

Schritt2

Die Tatarsteaks:

Schritt3

Mit einer Tischgabel das Tatarfleisch mit dem Eigelb, Ketchup, Pfefferschotenwürfel, Schalotten,

Kapern und Petersilie vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Schritt4

In einen 6 cm großen Metall - oder Plastikring drücken, 4 - 6 Tatarsteaks formen. Mit Pflanzenöl bestreichen (Tischmesser) und für 5 min. in das Tiefkühlfach stellen.

Schritt5

Danach in einer sehr heißen Stielpfanne mit Pflanzenöl ganz kurz 20 Sek. anbraten, vorsichtig wenden und anrichten.

Schritt6

Zeitgleich in einer 2. Pfanne die Garnelen mit dem Knoblauch und Thymian, rundherum scharf 1 - 2 min. anbraten.

Schritt7

Die Pfanne zurück ziehen und in einem Stich Butter zu Ende garen; mit dem restlichen Zitronensaft ablöschen, schwenken.

Schritt8

Anrichtevorschlag:

Schritt9

Die Garnelen dekorativ auf den Tatarsteaks anrichten und mit dem Zitronensud aus der Pfanne beträufeln.

Rezeptart: Fingerfood **Tags:** garnelen

Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Energie (kcal)156
- Fett (g)8
- KH (g)3
- Eiweiss (g)17
- Ballast (g)1

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/garnelen-auf-kurz-gebratenem-tatarsteak/>