

Winzer-Rezepte aus Übersee

Maria Baigorria aus Argentinien empfiehlt:

Grüner Spargel mit Rindfleisch Tataki

& Mi Terruño Uvas Torrontés

Zutaten (für 2 Personen)

400 g Rinderfilet
Sojasauce
Sesamöl
Erdnussöl
400 g grüner Spargel
1 rote Spitzpaprika
2 cm frischer Ingwer, fein gehackt
1 Knoblauchzehe, fein gehackt
Sonnenblumenöl
Limettensaft
Rohrzucker
1 Frühlingszwiebel
50 g Rucola



Zubereitung

Rinderfilet trocken tupfen, 4 EL Sojasauce mit 1 EL Sesamöl verrühren. Rinderfilet mit der Marinade in Kunststoffbeutel geben, und eng verschlossen im Kühlschrank mindestens 2 Stunden ziehen lassen. 1 Stunde vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen.

4 EL Sonnenblumen- und 2 EL Sesamöl, 3 EL Limettensaft und 2 TL Rohrzucker gut verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken, Frühlingszwiebeln als Ringe unterheben. Zur Seite stellen.

Spargel putzen, in 5 cm lange Stücke schneiden. Paprika putzen, in dünne Streifen schneiden.

In sehr heißer Pfanne das Filet in Erdnussöl von allen Seiten kurz und scharf anbraten. Filet auf ein Brett legen und mit einem Handtuch abdecken.

Gemüse in etwas Öl 15 Minuten bei mittlerer Hitze braten, leicht salzen. Die letzten 5 Minuten Ingwer und Knoblauch mit garen. Dressing mit dem Spargel Gemüse vermengen.

Rinderfilet in dünne Scheiben schneiden und zusammen mit gewaschenem Rucola auf dem noch warmen Spargel Gemüse anrichten.

Marias Weinempfehlung zum Tataki ist der feine, aromatische Mi Terruño Uvas Torrontés.

Den Wein zum Rezept erhalten Sie auf www.vinovossum.de