Tagliata di manzo - Entrecôte mit Ruccola und Parmesan

Tagliare bedeutet im Italienischen schneiden. Die Tagliata ist ein kurzgebratenes, dickes Rindssteak, vorzugsweise vom Rücken (Entrecôte) oder vom Filet. Es wird nach dem Braten zu schmalen Streifen aufgeschnitten, auf Ruccola angerichtet und mit Parmesanspänen bestreut. Das Fleisch wird erst nach dem Aufschneiden mit grobem Meersalz und frischem, schwarzem Pfeffer aus der Mühle gewürzt. Ergänzend kann man eine zerquetschte Knoblauchzehe mitbraten und den Bratensatz mit einem Schuss Zitronensaft aromatisieren, ein feiner Jus, gut passend zur Tagliata.

Zutaten

1	Entrecôte 250g, 2cm dick
	Rapsöl zum Braten
1	Knoblauchzehe
2Tl	Zitronensaft
2	handvoll Ruccola
	Parmesan am Stück
2-3	Piccadilly-Tomaten
	Olivenöl
	weisser Balsamico

Zubereitung

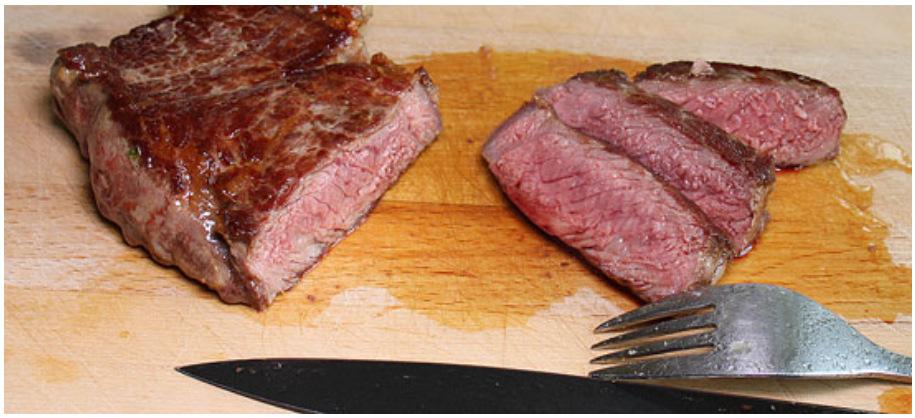
Entrecôte 1 Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen.

Ruccola waschen und gut ausschwingen. Auf einem Teller zu einem Kranz anrichten. Tomaten zu Würfeln schneiden und auf dem Ruccola verteilen. Mit Olivenöl und Balsamico beträufeln.

Allfällige Fettschicht am Rand des Entrecôtes 2-3 mal quer einschneiden. Knoblauchzehe zerquetschen, dazu haut man mit einem Pfannenboden einmal kräftig

auf die Knoblauchzehe.

Rapsöl bis zum Rauchpunkt erhitzen. Knoblauchzehe zugeben (herausnehmen, sobald sie braun wird). Entrecôte auf beiden Seiten ca. 2 Minuten anbraten. Pfanne von der Herdplatte ziehen, Deckel aufsetzen und das Entrecôte 3 Minuten nachziehen lassen.

Entrecôte aus der Pfanne nehmen, Zitronensaft zum Bratensaft geben und vermischen.

Entrecôte zu 1cm dicken Streifen schneiden und im Ruccola-Kranz anrichten.
Bratensaft durch ein Sieb über das Fleisch träufeln. Mit Meersalz und grob gemahlenem Pfeffer bestreuen.