

Professor Ankoris Lieblingsgericht 1: Carpaccio als Hauptspeise nach Ingos Art

Zutaten:

200 g Rindfleisch (am Stück oder bereits in Scheiben, alternativ Rindersteak)
80 g Bandnudeln
eine Handvoll Rucola (alternativ Petersilie)
1 Knoblauchzehe
50 g Parmesan
5-6 EL Olivenöl
etwas frischer Zitronensaft
1 frisches Ei
Gewürze (Pfeffer, Salz)

Vorbereitung:

Das Fleisch in dünne Scheiben schneiden und mit einem Plattierisen oder einem Pfannenboden flach klopfen. Die Scheiben sollten hauchdünn sein. Danach das rohe Fleisch von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und auf der Hälfte eines großen Tellers auslegen.

Zubereitung:

Bandnudeln in Salzwasser garen. Derweil den Knoblauch fein hacken. Olivenöl in eine Pfanne geben und kurz vorsichtig erhitzen. Pfanne vom Herd nehmen, den gehackten Knoblauch hineingeben und einige Augenblicke schwenken. Dann das heiße Knoblauch-Öl-Gemisch auf dem vorbereiteten gewürzten, rohen Fleisch gleichmäßig verteilen und mit einigen Spritzern Zitronensaft beträufeln. Geriebenen Parmesan und grob gehackten Rucola darüber streuen.

Jetzt kommt der Trick: Nach der Hälfte der Nudel-Kochzeit ein aufgeschlagenes Ei in das Kochwasser geben. Die Nudeln wirken wie ein Kissen für das so pochierte Ei! Es ist kein Rühren und kein Essig nötig. Sobald das Eiweiß sichtbar rundum gestockt ist, das pochierte Ei mit einem Schaumlöffel herausnehmen und auf dem marinierten Rindfleisch drapieren. Nach dem Garen der Bandnudeln, diese neben dem Carpaccio auf tun und das Lieblingsgericht von Professor Ankori genießen! Das Rezept ist für eine Person. Für mehrere Personen einfach die Mengen der Zutaten entsprechend hochrechnen.