

Tagliata di manzo

(4 Personen)



Zutaten: 600g Angusfilet (ersatzweise Huft oder Entrecôte)
2 – 3 Bund Rucola
Cherrytomaten
Pfeffer
Salz
Olivenöl
Ciabatta oder Baguette

Zubereitung: Marinade aus feinstem Olivenöl, Salz und Pfeffer machen Angusfilet (Raumtemperatur) in dünne Scheiben (ca. 4 mm) schneiden, in die Marinade legen und das Filet leicht aromatisieren lassen (die Marinade dabei sparsam verwenden, das Fleisch darf nicht triefen).
Rucola waschen, wenn nötig Stängel entfernen und in mundgerechte Stücke teilen.
Cherrytomaten waschen, trocknen und halbieren.

Backofen: Oberhitze auf der höchsten Stufe (230–250°) vorheizen

Den Boden einer ofenfesten, flachen Form mit dem Rucola belegen. Die halbierten Cherrytomaten (Schnittfläche nach oben) auf den Rucola verteilen.
Salz und Pfeffer darüber streuen und mit Olivenöl beträufeln.

Für 2 – 3 Minuten in den heissen Ofen (im oberen Teil platzieren) schieben. Tomaten sollten warm werden, Rucola darf nicht zerfallen.

Aus dem Ofen nehmen, Backofen nun auf die heisseste Grillstufe stellen.

Angusfilet gleichmässig über das Gemüse legen und auf der obersten Rille – für max. 2 Minuten! – in den heissen Ofen schieben. Das Angusfilet sollte, je nach belieben, rare bis medium sein.

Sofort servieren, Ciabatta oder Baguette dazu reichen.