

Carpaccio vom Bündnerfleisch mit Rucola und Parmesan

Zutaten für das Carpaccio (für 4 Personen):

- 100 g (in dünnen Scheiben) Bündnerfleisch
- alternativ: luftgetrockneter Rinderschinken
- 1 Bund Rucola
- 100 g (am Stück) Parmesan
- Olivenöl
- Zitronensaft
- Schwarzer Pfeffer

Bündner Fleisch oder Rinderschinkenscheiben kreisförmig auf die Teller legen und mit gemörsertem Pfeffer bestreuen. Anschließend mit Olivenöl und etwas Zitronensaft beträufeln. Rucola waschen, trocknen und ebenfalls mit etwas Zitronensaft und Olivenöl marinieren. Die Salatblätter auf den Schinken legen, dann alles großzügig mit gehobeltem Parmesan bestreuen. Wer mag, serviert dazu selbst gebackene Focaccia. Wenn es schnell gehen soll, passt auch Baguette oder Ciabatta.

Zutaten für die Focaccia:

- 500 g Mehl
- 1,5 TL Salz
- 20 g frische Hefe
- 1 Prise Zucker
- 250 ml lauwarmes Wasser
- 2 EL Olivenöl
- flockiges Meersalz
- frischer Rosmarin
- frischer Thymian

Mehl und Salz in einer großen Schüssel mischen. Hefe und Zucker in das lauwarme Wasser geben und darin auflösen. Hefewasser zum Mehl geben und alles mit einer Küchenmaschine zu einem glatten Teig verkneten. Währenddessen das Olivenöl hinzufügen. Den Teig aus der Schüssel nehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche mit den Händen einige Minuten geschmeidig kneten. Mit etwas Mehl bestäuben und zurück in die Schüssel legen. Abgedeckt an einem warmen Ort 1-1,5 Stunden gehen lassen.

Backofen auf mindestens 240 Grad vorheizen. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche in große oder kleine Fladen rollen. Sie sollten möglichst dünn sein, damit der Teig beim Backen nur wenig aufgeht. Die Fladen auf ein Backblech legen und mit etwas Meersalz und Kräutern bestreuen. Je nach Geschmack kann man die Kräuter auch erst nach dem Backen auf die Fladen geben. Auf der 2. Schiene von unten 6-8 Minuten goldbraun und knusprig backen.

Sendung/Quelle: DAS! Kochstudio

Sendetermin: 04.11.2023

Koch/Köchin: Rainer Sass

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen