

Erfrischende Kombination

Essen | Carpaccio und Erdbeeren im Schokoladenkörbchen

Das ursprünglich venezianische Carpaccio überzeugt durch Leichtigkeit, Geschmack und Erfrischung und bietet sich perfekt als Sommergericht an. Die Erdbeeren runden das leichte Mahl ab. Das Schokoladenkörbchen verleiht ihnen zusätzlich Stil.

Vanessa Rolli*

Das Carpaccio gehört wie viele meiner Gerichte zur italienischen Küche und ist eine klassische Vorspeise aus rohem Rindfleisch. Erfunden wurde es 1950 in Harry's Bar in Venedig. Der Inhaber, Giuseppe Cipriani, benannte seine Kreation nach dem venezianischen Maler Vittore Carpaccio, der für seine leuchtenden Rottöne bekannt war.

Wichtig für die Zubereitung des Carpaccio ist ein absolut frisches und gut abgehangenes Rindsfilet. Erst die Reifung macht das Fleisch zart und aromatisch. Das Rindsfilet wird stark gekühlt und dann in hauchdünne Scheiben geschnitten. Ich würde Ihnen jedoch empfehlen, das Filet direkt vom Metzger in dünne Scheiben schneiden zu lassen.

Heutzutage wird der Begriff Carpaccio nicht mehr nur für das Fleischgericht verwendet, sondern für die Zubereitungsart von Gerichten mit hauchdünnen Scheiben, beispielsweise ein Fenchel- oder Thunfisch-Carpaccio.

Genießen Sie die schönen Sommertage!

*Vanessa Rolli aus Rünenberg ist Autorin der Rezeptesammlung «hey man cook mal – Das Kochbuch für Singlemänner». www.heymancookmal.com



REZEPT CARPACCIO UND ERDBEEREN IM SCHOKOLADENKÖRBCHEN

Carpaccio für 1 Person

Zutaten

- 100 g dünn geschnittenes Rindsfilet
- 1 TL Limettensaft
- 30 g Rucola
- 2 EL Olivenöl
- 30 g Parmesan
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

Die Rindsfiletscheiben auf einem Teller anrichten und mit Olivenöl, Salz und Pfeffer würzen,

mit Limettensaft beträufeln. Rucola darübergeben. Den Parmesan mit einer Raffel in Scheiben schneiden und über das Carpaccio geben. Nochmals mit wenig Olivenöl abschmecken.

Erdbeeren im Schokoladenkörbchen für 1 Person

Zutaten

- 80 g Erdbeeren
- 1 Schokoladekörbchen
- 1 Kugel Glace, nach Belieben
- etwas Schlagrahm

Zubereitung

Erdbeeren waschen, mit einem Haushaltspapier trockentupfen, in Schnitze schneiden. Körbchen mit etwas Glace und den Erdbeeren füllen. Mit Schlagrahm dekorieren.

