

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 09. März 2026** ▪
Leibgericht mit Johann Lafer



Luca Di Felice

Tagliata vom Entrecôte mit gegrillter Paprika und Rucola-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für das Entrecôte:

2 Entrecôte-Steaks, à 250g
 2 Knoblauchzehen
 1 EL Olivenöl
 2 Zweige Rosmarin
 1 TL grobes Meersalz
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Entrecôte etwa 30 Minuten vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Anschließend beide Seiten mit Olivenöl einreiben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Eine schwere Pfanne, idealerweise aus Gusseisen, stark erhitzen und einen Esslöffel Olivenöl darin sehr heiß werden lassen. Knoblauch und Rosmarin kurz in der Pfanne aromatisieren, das Entrecôte einlegen und auf jeder Seite 2–3 Minuten kräftig anbraten, bis sich eine schöne Kruste bildet. Fleisch aus der Pfanne nehmen und vor dem Aufschneiden 5–8 Minuten ruhen lassen, damit sich die Fleischsäfte gleichmäßig verteilen.

Vor dem Servieren Fleisch quer zur Faser in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden und auf Tellern fächerförmig anrichten.

Für die gegrillte Paprika:

1 rote Paprika
 1 gelbe Paprika
 1 rote Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 Olivenöl, zum Anbraten
 1 Zweig Rosmarin
 1 Prise grobes Meersalz
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen und in Spalten schneiden. Paprika waschen, entkernen und in Streifen oder Spalten schneiden. Grillpfanne auf mittlerer bis hoher Hitze erwärmen und etwas Olivenöl hineingeben. Paprikastreifen darin anbraten, den leicht angedrückten Knoblauch, die Zwiebelspalten und Rosmarin hinzufügen. Alles 2–4 Minuten pro Seite grillen, bis die Paprika noch bissfest ist. Zum Schluss mit grobem Meersalz und Pfeffer abschmecken und sofort servieren.

Für den Rucola-Salat:

100 g Rucola
 10 Kirschtomaten
 30 g Parmesan
 1 EL dunkler Balsamico
 ½ TL Honig
 2 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rucola waschen und trockenschleudern. Kirschtomaten waschen und halbieren. Dressing aus Olivenöl, Honig, Balsamico, Salz und Pfeffer anrühren. Kurz vor dem Servieren Dressing über den Salat geben. Parmesan über den Salat reiben.

Für die Garnitur:

30 g Parmesan
 1 Prise grobes Meersalz

Parmesan hobeln. Parmesanspäne über den Salat streuen, Fleisch mit Meersalz würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.