

REZEPTE, DIE BLEIBEN.

HANGER STEAK TATAR

Hanging Tender · Gurke · Béarnaise

Signature Recipe
Ben Henger

FOOD.
PEOPLE.
GOOD TIMES.



DIE BASIS

Hanging Tender · Gurke · Béarnaise

Für 4 Vorspeisenportionen

01 STEAK BRATEN

600 g sauber parierten Hanging Tender trocken tupfen und salzen. In 1 EL Öl rundherum kräftig anbraten, nach Dicke zum gewünschten Gargrad fertig garen. Ruhen lassen und sehr fein würfeln. Das ist ein warmes Steak-Tatar, kein rohes Hackfleisch.

02 REDUKTION

2 Schalotten fein schneiden. Mit 150 ml Weißwein und 100 ml Weißweinessig auf ca. 50 ml reduzieren. Sieben und etwas abkühlen lassen. 250 g Butter schmelzen und milde Nussbutter herstellen; nicht verbrennen.

03 BÉARNAISE

2 vorzugsweise pasteurisierte Eigelbe mit 2 EL Reduktion über sanftem Wasserbad schaumig schlagen. Lauwarme Butter langsam einarbeiten. Mit 1 TL getrocknetem Estragon, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Bei Bedarf mehr Reduktion zugeben.

04 TATAR MISCHEN

Fleisch mit 2 fein gewürfelten Gewürzgurken und 2 fein gewürfelten Schalotten mischen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Gurkenwasser abschmecken.

05 ANRICHTEN

Tatar locker auf Teller setzen, Béarnaise darübergeben und sofort servieren. Sauce sanft warm halten und nicht kochen. Reste der Reduktion nicht pauschal einrühren.



“

**Grobe Struktur.
Feine Sauce.**

ALLES BEREIT.

Einkauf · Zubehör · Alternativen

Für 4 Vorspeisenportionen

01 EINKAUF

- ☐ **600 g Hanging Tender · 1 EL Bratöl**
Alternative: pariertes Rinderhüftsteak; Garzeit anpassen.
- ☐ **4 Schalotten · 2 Gewürzgurken**
Alternative: milde Zwiebel; Cornichons.
- ☐ **150 ml Weißwein · 100 ml Weißweinessig**
Alternative: Wein durch Wasser ersetzen; Säure schrittweise dosieren.
- ☐ **250 g Butter · 2 Eigelbe**
Alternative: pasteurisiertes Eigelb; klassische Butter für die Emulsion.
- ☐ **1 TL getrockneter Estragon · Salz · Pfeffer · Prise Zucker**
Alternative: 1 EL frischer Estragon.

02 ZUBEHÖR

PFANNE + TOPF

Alternative: Bräter; ausreichend Fläche zum Rösten.

MESSER + BRETT

Alternative: Küchenmesser und rutschfestes Brett.

WAAGE + SCHÜSSEL

Alternative: Messbecher für Flüssigkeiten.

WASSERBAD + SCHNEEBESEN

Alternative: hitzefeste Schüssel über sanft dampfendem Topf.

VOR DEM START

Béarnaise frisch zubereiten und nicht kochen. Für empfindliche Personen Fleisch vollständig durchgaren und eine vollständig erhitzte Sauce wählen. Eine Gemüsevariante allein ersetzt diese Anpassung der Eiersauce nicht.

Mengenangaben sind Richtwerte. Produktqualität, Größe und Wassergehalt der Zutaten sowie Kochgeschirr, Hitze und Garzeit können den Bedarf verändern. Konsistenz prüfen und nach Geschmack abschmecken.

Rezept: Ben Henger · Food-Abbildung: KI-generiert · Alternativen redaktionell ergänzt.