

Knusprige Schafkäsetaler auf Karotten-Tatar

Mengenangaben für **4 Portionen**

Rezept

Zutaten:

- Karotten: 400 g
- Rosinen: 15 g
- (Frühlings)Zwiebeln: 75 g
- Crème fraîche: 30 g
- Senf: 20 g
- Zitronensaft: 15 ml
- Currypulver: 0,5 g
- Sojasauce: 15 ml
- 1 Handvoll Basilikumblätter
- etwas Olivenöl
- Cornflakes: 150 g
- Feta: 150 g
- mediterrane Kräuter
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Karotten und (Frühlings)Zwiebeln putzen. Karotten reiben, Rosinen, (Frühlings)Zwiebeln und Basilikum fein hacken, dabei etwas Basilikum für die Deko beiseitelegen. Mit Senf, Crème fraîche, Zitronensaft, Currypulver und Sojasauce vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Schafkäse in Scheiben schneiden, mit etwas Öl einpinseln in einer Pfanne kurz braten.

Das Tatar in einem Servierring auf Tellern anrichten. Die Schafskäse-Taler daraufsetzen und mit Cornfakes garnieren.

Zum Schluss mit dem beiseitegelegten Basilikum dekorieren.

TIPP

Ein paar frische Kräuter wie Schnittlauch oder Petersilie zusätzlich über das Tatar gestreut, bringt Frische und Farbe auf den Teller.

Nährwerte pro Portion:

Energie	Fett	Gesättigte Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiss	Ballaststoffe	Salz
355 kcal	14 g	7,9 g	42 g	14 g	11 g	5,38 g	3,1 g

Allergen(e):

G - Milch	M - Senf