KIKKOMAN

Tartines mit Roastbeef & Zwiebel-Chutney

Gesamtzeit **100 Min.** **10 Min.** Vorbereitungszeit **60 Min.** Kochzeit **30 Min.** Abkühlzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
1.945 kJ / 465 kcal

Fett: **18 g** Eiweiß: **30 g**
Kohlenhydrate: **44 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

200 g	Rumpsteak
20 ml	Rapsöl
1 Prise	Salz
2 Prisen	frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
1 Prise	gemahlener Ingwer
1 Prise	Muskat
200 g	rote Zwiebeln
10 g	brauner Zucker
50 ml	Balsamico-Essig
40 ml	Kikkoman Sauce für Reis - süß
1 Bund	Thymian
0,5	frische Chili
120 g	Baguette
10 ml	Olivenöl
10 g	Senfblätter

ZUBEREITUNG

Schritt 1

200 g Rumpsteak - **10 ml** Rapsöl - **1 Prise** Salz - **1 Prise** frisch gemahlener schwarzer Pfeffer - **1 Prise** gemahlener Ingwer - **1 Prise** Muskat
Rumpsteak mit Küchenpapier trocken tupfen und gründlich mit Öl, Salz, Pfeffer, Ingwer und Muskat einreiben.

Schritt 2

Das Fleisch in einer sehr heißen Pfanne von beiden Seiten kräftig braun anbraten. In den auf 120 °C vorgeheizten Backofen geben und braten, bis die Kerntemperatur 52–54 °C erreicht. Nach dem Garen das Fleisch mindestens 15 Minuten ruhen lassen, dann in sehr dünne Scheiben schneiden.

Schritt 3

200 g rote Zwiebeln - **10 ml** Rapsöl - **10 g** brauner Zucker - **50 ml** Balsamico-Essig - **40 ml** Kikkoman Sauce für Reis - süß - **1 Prise** frisch gemahlener schwarzer Pfeffer - **1 Bund** Thymian - **0,5** frische Chili
Zwiebeln in dünne Streifen schneiden und in Öl bei mittlerer Hitze anschwitzen. Sobald sie weich sind, Zucker hinzufügen und leicht karamellisieren lassen. Balsamico-Essig und Kikkoman Sauce für Reis hinzugeben. Thymianblättchen abzupfen und zusammen mit Pfeffer und fein gehackter Chili ebenfalls zugeben. Unter regelmäßigem Rühren 20–25 Minuten sanft köcheln lassen, bis die Zwiebeln weich und glänzend sind und eine dickliche, marmeladenartige Konsistenz haben.

Schritt 4

120 g Baguette - **10 ml** Olivenöl
Baguette schräg in Scheiben schneiden, leicht mit Olivenöl bestreichen und im vorgeheizten Backofen bei 190 °C 2–3 Minuten backen, bis sie goldbraun und knusprig sind.

Schritt 5
10 g Senfblätter
Die Baguettescheiben mit dem Zwiebel-Chutney bestreichen, mit dem Roastbeef belegen und mit Senfblättern garnieren: Fertig sind die Tartines!