

Rezept von Johan Lafer aus der Sendung [einfach.frisch.anders!](#) vom 30.11.2025

Roulade Beef Tatar (für 4 Personen)

Zutaten:

Für die Beef Tatar-Füllung

300 g	Rinderfilet (pariert, ohne Sehnen)
1 TL	brauner Zucker
1/2 TL	Paprikapulver, edelsüß
1/2 Bund	glatte Petersilie
2	Schalotten
1/2	rote Chilischote
2	Sardellenfilets
4	Cornichons
1 EL	Senf, mittelscharf
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
4 EL	Olivenöl

Für die Rouladen

4 Scheiben	Roastbeef á 100 g
2 Zweige	Rosmarin
3 Zweige	Thymian
2	Knoblauchzehen
etwas	Salz
50 g	Butterschmalz
1 TL	schwarze Pfefferkörner
1	Bio-Limette
4 EL	Crème fraiche

Zubereitung:

1. Für die Beef Tatar-Füllung Rinderfilet in Streifen schneiden und in einen tiefen Teller geben. Zucker und Paprikapulver überstreuen, mit den Fleischstreifen vermischen, am besten abgedeckt 1 Stunde im Kühlschrank marinieren.
2. Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und sehr fein schneiden.
3. Die Schalotten schälen und sehr fein schneiden.
4. Chilischote der Länge nach halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch sehr fein schneiden. Sardellenfilets und Cornichons fein hacken.
5. Die marinierten Fleischscheiben sehr klein hacken (oder durch den Fleischwolf drehen). Schalotten, Chili, Sardellenfilets und Cornichons zum Fleisch geben. Senf, Salz, Pfeffer und Olivenöl zugeben, alles gut vermischen und abschmecken. Zuletzt gehackte Petersilie unterheben.
6. Für die Rouladen die Roastbeefscheiben ohne Fett zwischen zwei Bögen Frischhaltefolie geben und plattieren.
7. Die Fleischscheiben auf die Arbeitsplatte geben, jeweils etwas Tatar in die Mitte geben und die Fleischscheiben aufrollen.
8. Rosmarin und Thymian abbrausen und trocken schütteln. Die Knoblauchzehen schälen und andrücken.
9. Die Rouladen leicht salzen. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Rouladen darin mit den Kräuterzweigen, Knoblauch, Pfeffer rundum kräftig anbraten.
10. Dann die Rouladen ca. 5-8 Minuten bei mittlerer Hitze in der Pfanne weiterbraten, so dass das Roastbeef rosa wird und das Tatar roh bleibt.
11. In der Zwischenzeit die Limette heiß abwaschen, abtrocknen. Etwas Limettenschale fein abreiben und unter die Crème fraiche mit einer Prise Salz mischen

12. Anschließend die Rouladen in Scheiben schneiden, auf Tellern anrichten. Jeweils einen Klecks Crème fraiche dazu anrichten. Den Rotkohlsalat zu den Rouladen servieren.