

Kochen

Rezept von Luisa Jordan aus der Sendung Kaffee oder Tee vom 10.06.2026

Tomatentatar mit geröstetem Panko und gebeiztem Eigelb

Für 4 Portionen

Zutaten

Für das gebeizte Eigelb

250 g Zucker
250 g Salz, grob
4 Eigelb, Größe M, extrafrisch

Für Tomatentatar und -Mayonnaise

5 getrocknete Tomaten in Öl, plus ca. 5 EL Einlegeöl
4 Tomaten; z. B. San Marzano-Tomaten
2 Gewürzgurken, ca.
3 EL Kapern, eingelegt
1 Zwiebel, z. B. weiß
1 Knoblauchzehe
etwas Salz
etwas Pfeffer
1 Eigelb, Größe M
1 TL Senf
30 ml Sonnenblumenöl, ca.
etwas Zitronensaft, frisch gepresst
4 Stiele Basilikum

Außerdem:

4 EL Pankobrösel, ca.

Zubereitung

1. **Für das gebeizte Eigelb** bereits 2 Tage zuvor Zucker und Salz mischen, ca. $\frac{1}{4}$ davon in eine flache Auflaufform streuen. Eigelbe mit Abstand zueinander auf die Beizmischung setzen, mit der übrigen Beize gleichmäßig bestreuen. Zugedeckt im Kühlschrank ca. 48 Stunden beizen.
2. **Für das Tomatentatar** getrocknete Tomaten abtropfen lassen, dabei ca. 5 EL Einlegeöl auffangen. Tomaten fein schneiden. Frische Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen, kalt abschrecken und die Schale abziehen. Tomaten vierteln, Kerne entfernen. Tomatenfruchtfleisch in feine Würfel schneiden. Beide vorbereitete Tomatensorten in eine Schüssel geben.
3. Gewürzgurken ebenfalls in feine Würfel schneiden, Kapern hacken. Zwiebel und Knoblauch abziehen. Zwiebel fein würfeln.
4. In einer kleinen Pfanne, etwa 1 EL vom aufgefangenen Tomatenöl erhitzen. Zwiebelwürfel darin andünsten. Knoblauch dazupressen und kurz mitdünsten. Zwiebelmischung, Gewürzgurken und Kapern zu den Tomaten geben. Alles vorsichtig vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Mischung in ein Sieb geben und etwas abtropfen lassen.
5. **Für das gebeizte Eigelb** den Backofen auf 70 Grad Ober- und Unterhitze (Umluft nicht geeignet) vorheizen.
6. Eigelbe vorsichtig aus der Salzbeize nehmen, mit kaltem Wasser sacht abspülen. Eigelbe auf ein Kuchengitter setzen und im heißen Backofen 2-3 Stunden trocknen (Wer einen Dörrautomaten besitzt, kann das Eigelb auch bei 60 Grad, ca. 4-8 Stunden trocknen).
7. **Für die Tomaten-Mayonnaise** Eigelb, Senf, etwas Salz und Pfeffer in einen hohen schmalen Mixbecher geben. Das übrige aufgefangene Tomatenöl (4 EL) und Sonnenblumenöl zugeben und alles mit einem Pürierstab oder den Schneebesens des Handrührers zu einer Mayonnaise mixen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.
8. Pankobrösel in einer Pfanne unter Rühren knusprig goldbraun rösten.

9. Basilikum grob schneiden. Tomatentatar auf Teller verteilen. Das gebeizte Eigelb hacken und überstreuen. Mit Pankobröseln und Basilikum anrichten. Tomaten-Mayonnaise dazu reichen.

Tipp: Die gebeizten Eigelbe sind ein interessantes Extra für dieses Rezept, wem die Methode zu aufwändig ist, kann das Eigelb auch weglassen.

Das Video zum Rezept finden Sie hier:

<https://www.swr.de/video/sendungen-a-z/kaffee-oder-tee/rezept-tomatentatar-mit-geroestetem-panko-und-gebeiztem-eigelb-100.html>

Bitte beachten Sie, dass unsere Videos eine Sichtbarkeit von 2 Jahren haben und nach Ablauf der Frist nicht mehr zu finden sind.