

# Das deutsche Ei – ein starkes Stück!



## Eier-Tatar mit Rote Bete-Püree auf Pumpernickeltalern

### Zutaten für 16 Pumpernickeltaler:

- 4 frische deutsche Eier (Größe L)
- ½ Bund Kerbel
- 2-3 Lauchzwiebeln
- 1 EL Kapern
- 4-5 Cornichons
- Meersalz, frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 150 g gekochte Rote Bete,  
ersatzweise fertig gegarte aus dem Vakuum
- 2 TL Dijonsenf, ersatzweise mittelscharfer Senf
- 2 EL Balsamico-Essig, ersatzweise Rotweinessig
- 2 EL Olivenöl
- 16 Pumpernickeltaler



Bildquelle: IDEi Informationsgemeinschaft Deutsches Ei e.V.

### Zubereitung:

1. Eier an der stumpfen Seite anpiksen und in kochendem Wasser 9 Minuten hart kochen. Eier pellen und klein würfeln.
2. Kerbel waschen, trocken schleudern und grob zupfen. Lauchzwiebeln putzen und zusammen mit den Kapern fein schneiden. Cornichons fein würfeln. Alles mit den Eiern mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Rote Bete zusammen mit Senf, Essig und Öl pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Das Püree auf Pumpernickeltalern verteilen, dann mit Eier-Tatar belegen (zum Beispiel mit Hilfe eines Ausstechrings) und mit Kerbel garnieren.

**Tipp:** Wenn es mal schneller gehen soll, kann man statt des Pürees auch marinierte Rote-Bete-Scheiben nehmen. Dazu die Rote Bete in 7-8 mm starke Scheiben schneiden, rund in Größe der Pumpernickelscheiben ausstechen und mit Essig, Salz und Pfeffer marinieren.

Zubereitungszeit: 25 Minuten

Nährwerte pro Portion (=4 Taler): ca. 259,7 kcal/1085,7 kJ, 10,3 g E, 15,2 g F, 14,3 g KH

---

### Kontakt:

IDEi Informationsgemeinschaft Deutsches Ei e.V. · Claire-Waldoff-Str. 7 · 10117 Berlin  
Christiane von Alemann · Tel. 030 288831-40 · Fax 030 288831-50 · E-Mail [info@deutsche-eier.info](mailto:info@deutsche-eier.info)

Brandzeichen - Markenberatung und Kommunikation GmbH · Heimhuder Straße 81 · 20148 Hamburg  
Svenja Eggert · Tel. 040 4 1330 19-25 · Fax 040 4 1330 19-20 · E-Mail [svenja.eggert@brandzeichen-pr.de](mailto:svenja.eggert@brandzeichen-pr.de)