

# Beef tataki met ponzu saus

**4 personen**

**50 minuten**

Tataki is een typisch Japanse bereidingswijze, het vlees (of de vis) wordt heel kort en heel heet dicht aangebakken, zodat het enkel een korstje krijgt, binnenin is het vlees nog rauw. We gebruiken hiervoor kwaliteitsvol en mager rundvlees, zoals het jodenhaasje. Dit recept is eerder bedoeld als voorgerecht, maar het kan ook perfect als hoofdgerecht. Reken dan iets meer van alle ingrediënten en serveer met rijst of noedels.



## INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN:

- 500 gram jodenhaasje  
(ook wel diamanthaas of visje)
- 1 bussel (grote) radijsjes
- 1 grote venkel
- een 100 gram groene aspergepunten (klein)
- 1 rood pepertje (optioneel)
- 1 stengel lente ui
- 3 limoenen
- mirin (zoete rijstwijn)
- rijstazijn
- sesamololie
- sojasaus
- een 50 gram witte sesamzaadjes
- beetje verse koriander

 [keurslagerdemeulder](#)

 [Keurslager De Meulder](#)

## BEREIDING:

Het aanbakken van het vlees gebeurt om een heel hoog vuur en geeft heel veel rook!  
Als het kan doe je dit best buiten, op een Ofyr gaat dit ook perfect, wel goed heet stoken

1. Verhit een gietijzeren pan of koekenpan. Deze moet heel heet worden, maar doe dit geleidelijk aan. Voor de Ofyr: de plancha goed heet stoken.
2. Neem het vlees pas net voor het aanbakken uit de koelkast. Dep het met keukenpapier mooi droog en wrijf het goed in met wat sesamololie.
3. Bak het haasje heet en kort aan in de pan, we willen enkel een mooi korstje, het vlees moet binnenin nog rauw zijn!

4. Haal het vlees meteen van het vuur al het klaar is, leg het op een bord en zet het meteen in de koelkast.
5. Voor de ponzu saus: neem een steelpannetje en breng 2 eetlepels mirin, 2 eetlepels rijstazijn, 2 eetlepels sojasaus en 1 eetlepel sesamolie aan de kook.
6. Laat een minuutje doorkoken en haal dan van het vuur, laat de saus volledig afkoelen in de koelkast.
7. Breng een steelpannetje met water en een snuifje natriumbicarbonaat aan de kook.
8. Blancheer de aspergepunten 1 minuut.
9. Giet af, laat schrikken onder koud water en laat verder uitlekken.
10. Zet de aspergepuntjes in de koelkast.
11. Pers 2 limoenen.
12. Snij de venkel in heel fijne julienne, doe in een kommetje en voeg 1 eetlepel limoensap toe, meng het sap door de venkel. Zet in de koelkast.
13. Kuis en snij de radijsjes in flinterdunne schijfjes, zet in de koelkast.
14. Snij de overgebleven limoen in schijfjes of partjes, zet opzij.
15. Neem een droge koekenpan en rooster de helft van de sesamzaadjes mooi bruin, dit duurt niet lang, dus blijf bij je pan!
16. Neem een diep bord of schaal en strooi de geroosterde en de gewone sesamzaadjes erin, meng ze door elkaar.
17. Voeg 2 eetlepels limoensap toe aan de afgekoelde ponzu saus.
18. Haal het vlees uit de koelkast en dep droog met keukenpapier.
19. Borstel het vlees in met de ponzu saus en rol het door de sesamzaadjes zodat het helemaal bedekt is met zaadjes.
20. Neem je scherpste mes en snij het vlees in zo'n dun mogelijke plakjes.
21. Verdeel de plakjes over 4 borden.
22. Verdeel ook de schijfjes radijs, de venkel julienne en de aspergepunten mooi over de 4 borden.
23. Werk af met wat lente ui, limoen en een pepertje naar smaak. Geef iedereen ok z'n eigen potje ponzu saus!

**Smakelijk!**