

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 11. Februar 2021** ▪  
**„Vegetarische Küche“ mit Cornelia Poletto**



**Marie Bernards**

**Birnen-Rucola-Türmchen mit Ringelbete-Carpaccio und dreierlei Püree**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für das Carpaccio:**

1 rote Ringelbete  
 1 gelbe Ringelbete  
 1 Orange  
 50 g Pinienkerne  
 1 TL Ahornsirup  
 1 EL Apfelessig  
 3 EL Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die rote und gelbe Ringelbete mit dem Alles-Schneider in hauchdünne Scheiben schneiden. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Orange halbieren, auspressen und Saft auffangen. Orange waschen, trockentupfen und Schale abreiben. Orangensaft- und abrieb mit Olivenöl, Ahornsirup, Apfelessig, Salz und Pfeffer gut mischen. Ringelbete auf einem Teller anrichten und Pinienkerne darüber geben. Mit Dressing beträufeln.

**Für das Türmchen:**

100 g Rucola  
 Ein paar Radieschen  
 1 Zitrone  
 1 Birne  
 20 g Walnüsse  
 50 g Ziegenkäse  
 1 TL flüssiger Honig  
 1 TL Weißweinessig  
 2 EL Walnussöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rucola waschen und trockentupfen. Radieschen waschen, trockentupfen und in Scheiben schneiden. Birne waschen, trockentupfen und in 3-4 Scheiben schneiden. Zitrone halbieren, auspressen, Saft auspressen und die Birnenscheiben damit bestreichen. Für das Dressing Essig, Walnussöl, Zitronensaft und Honig gut vermischen, bis ein glattes Dressing entstanden ist. Walnüsse, Rucola, Ziegenkäse und Radieschen-Scheiben mit dem Dressing vermengen und zwischen den Scheiben aufstreichen. Mit Rucola garnieren.

**Für das Kurkuma-Kartoffel-Püree:**

1 große, mehligkochende Kartoffel  
 40 ml Milch  
 20 g Butter  
 1 Muskatnuss  
 ¼ TL Kurkumapulver  
 Salz, aus der Mühle

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Muskatnuss reiben. Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in etwas Salzwasser garkochen. Wenn die Kartoffeln weich sind (nach ca. 20 Minuten), überschüssiges Wasser abgießen. Butter, Milch, Salz, etwas Muskat und Kurkumapulver zu den Kartoffeln geben und mit dem Kartoffelstampfer gut zerdrücken. Anschließend alles nochmals mit einem Schneebesen glattrühren, damit das Püree schön fluffig ist.

**Für das Parmesan-Basilikum-Kartoffelpüree:**

1 große, mehligkochende Kartoffel  
 40 ml Milch  
 20 g Butter  
 50 g Parmesan  
 20 g Basilikum  
 Salz, aus der Mühle

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in etwas Salzwasser garkochen. Wenn die Kartoffeln weich sind (nach ca. 20 Minuten), überschüssiges Wasser abgießen. Parmesan reiben. Basilikum abbrausen, trockenwedeln und zusammen mit Milch mit einem Stabmixer pürieren. Butter, Salz, Basilikumsaft und Parmesan zu den Kartoffeln geben und mit dem Kartoffelstampfer gut zerdrücken. Anschließend alles nochmals mit einem Schneebesen glattrühren, damit das Püree schön fluffig ist.

**Für das Rote-Bete-Chili-Püree:**

1 große, mehligkochende Kartoffel  
50 g vorgegarte Rote Bete  
40 ml Milch  
20 g Butter  
1 Muskatnuss  
Chiliflakes  
Salz, aus der Mühle

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in etwas Salzwasser garkochen. Wenn die Kartoffeln weich sind (nach ca. 20 Minuten), überschüssiges Wasser abgießen. Muskatnuss reiben.

Butter, Milch, Salz, Rote Bete und Chili zu den Kartoffeln geben und mit dem Kartoffelstampfer gut zerdrücken. Anschließend alles nochmals mit einem Schneebesen glattrühren, damit das Püree schön fluffig wird. Mit Muskat abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Dimitra Löffel**

## **Ravioli mit Spinat-Ricotta-Füllung, Nussbutter und Cocktailtomaten**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für den Pasta-Teig:**

- 1 Ei
- 1 EL Olivenöl
- 100 g Mehl
- 1 Prise Salz

Alle Zutaten mit der Hand 5 bis 10 Minuten verkneten. Teig im Kühlschrank ruhen lassen.

Nach der Ruhezeit den Teig mit einer Nudelmaschine zu Platten formen, diese rund ausstechen und etwas von der Füllung (siehe unten) darauf geben. Teig am Rand mit Wasser befeuchten und zu Ravioli zusammenfalten. Mit einer Gabel am Rand das Muster eindrücken. Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Ravioli 5 Minuten vor dem Servieren 2 Minuten kochen.



Wichtig beim Teig ist, dass er schön elastisch wird, sodass man die Ravioli ausreichend befüllen kann und der Teig trotzdem nicht reißt.

### **Für die Füllung:**

- 150 g Babyspinat
- 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- 100 g Ricotta
- 1 Ei (Eigelb)
- 20 g Parmesan
- Etwas Paniermehl
- 1 Muskatnuss
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte und Knoblauch abziehen, klein schneiden und in Butter dünsten. Babyspinat putzen, dazu geben und zusammenfallen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Schüssel erkalten lassen. Masse im Mixer pürieren. Ei trennen und Eigelb auffangen. Parmesan reiben. Ricotta, Eigelb, Parmesan und Paniermehl zum Spinat geben und abschmecken. In einen Spritzbeutel füllen.

### **Für die Tomaten:**

- 200 g Cocktailtomaten am Zweig
- Olivenöl, zum Braten

Tomaten waschen und trockentupfen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Tomaten darin erhitzen. Je nach Geschmack kann man die Tomaten auch im Ofen backen.

### **Für die Pinienkerne:**

- 20 g Pinienkerne

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett bräunen.

### **Für die Nussbutter**

- 50 g Butter

Butter in der Pfanne zerlassen und die fertigen Ravioli darin schwenken.

### **Für die Garnitur:**

- Etwas Parmesan

Parmesan hobeln.

Ravioli in einem tiefen Teller schön anrichten. Tomaten und Pinienkerne dazugeben und Parmesan grob darüber hobeln. Das Gericht servieren.



**Nico Roszykiewicz**

## **Gelbes Thai Curry mit Sesam-Tofu-Spieß und Jasminreis**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für die Currypaste:**

- 1 Zwiebel
- 2 rote Chilischoten
- 4 Knoblauchzehen
- 2 Zitronengrasstangen
- 4 cm Ingwer
- 1 EL Koriandersamen
- 1 EL Kreuzkümmel
- 2 EL Kurkuma
- 2 EL Sternanis
- 1 Prise Zimt
- 2 TL Meersalz
- 2 TL schwarzer Pfeffer

Die Zwiebel und die Knoblauchzehen abziehen und klein schneiden. Chili der Länge nach aufschneiden, von Kernen und Scheidewänden befreien und klein schneiden. Zitronengras putzen, vom Strunk befreien und auch klein schneiden.

Ingwer schälen und klein schneiden. Kreuzkümmel, Kurkuma, Koriandersamen, Ingwer, Sternanis, Zimt, Salz und Pfeffer in einer Pfanne ohne Öl leicht anrösten, damit der Geschmack besser rauskommt. Alle Zutaten in den Mixer geben und fein pürieren. Wenn die Masse zu fest ist, etwas Wasser hinzu geben.

### **Für das Curry:**

- 2 Karotten
- 1 rote Spitzpaprika
- 150 g Zuckerschoten
- 1 Aubergine
- 100 g Sojasprossen
- 500 ml Kokosmilch
- 6 EL Erdnussöl

Karotten waschen, trockentupfen, von Enden befreien und in dünne Scheiben schneiden. Paprika waschen, trockentupfen, halbieren, von Kernen und Scheidewänden befreien und in dünne Streifen schneiden. Aubergine waschen, trockentupfen, von Enden befreien und klein würfeln. Erdnussöl in einen heißen Topf (Wok) geben, 4 EL der selbstgemachten Currypaste (siehe oben) zugeben und 2-3 Minuten anrösten. Mit einem Teil der Kokosmilch ablöschen und unter Rühren 2-3 Minuten köcheln lassen, anschließend die restliche Kokosmilch unterrühren. Karotte, Paprika und Aubergine unterheben und bei niedriger Hitze ca. 6 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln lassen. Zuckerschoten hinzugeben und weitere 5 Minuten garen lassen. Nach vier Minuten die Sojasprossen unterrühren und mit dem Reis und den Tofu-Spießen servieren.

### **Für den Reis:**

- 200 g Jasmin-Duftreis
- Salz, aus der Mühle

Reis zweimal gründlich durchwaschen und dann mit der 1,5-fachen Menge Wasser (500 ml) auf den Herd stellen und zum Kochen bringen. Etwas Salz zum Wasser dazugeben. Sobald das Wasser kocht, Herd auf mittlere Stufe stellen und den Reis für ca. 20 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln lassen, bis das Wasser verdampft ist.

### **Für den Spieß:**

- 200 g Naturtofu (fest)
- 1 EL weißer Sesam
- 1 EL schwarzer Sesam
- 2 EL Sesamöl
- 3 EL Sojasauce
- 2 EL Kurkuma
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Tofu in ca. 0,5 cm große Würfel schneiden und mit Kurkuma und etwas Salz und Pfeffer würzen. Sesamöl in einer Pfanne erhitzen und Tofu-Würfel darin 2-3 Minuten scharf anbraten. Mit Sojasauce ablöschen. Jeweils einige Würfel auf einem Spieß aufspießen und im Sesam wälzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 11. Februar 2021** ▪  
**Zusatzgericht von Cornelia Poletto**



**Fonduta verde mit pochiertem Landei**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Suppe:**

20 g Risottoreis  
 100 g junger Blattspinat  
 1 Schalotte  
 2 Knoblauchzehen  
 2 EL Butter  
 50 ml Schlagsahne  
 80 g Parmesan  
 30 ml Weißwein  
 30 ml französischer Wermut  
 300 ml Gemüsefond  
 1 Zweig Salbei  
 1 Zweig Thymian  
 1 Zweig Rosmarin  
 1 Lorbeerblatt  
 1 Muskatnuss  
 Salz, aus der Mühle  
 ½ TL Pfefferkörner  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Schalotte und eine Knoblauchzehe abziehen und fein würfeln. Salbei, Thymian und Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Lorbeerblatt abzupfen. Schalotte und Knoblauch mit Salbei, Thymian, Rosmarin, Lorbeerblatt und Pfefferkörnern in 1 EL heißer Butter glasig anschwitzen, dann den ungewaschenen Reis dazugeben. Alles durchschwenken und mit Weißwein und Wermut ablöschen. Etwas einkochen lassen. Mit Fond aufgießen, alles aufkochen und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Sahne angießen und weitere 10 Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit den Spinat putzen, waschen und trockenschleudern. Übrige Knoblauchzehe abziehen und andrücken. Muskatnuss reiben. Spinat mit Knoblauch in 1 EL schäumender Butter zusammenfallen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Knoblauchzehe herausnehmen. Spinat in einem Sieb leicht ausdrücken. 2 EL davon abnehmen und für die Garnitur warmhalten.

Parmesan reiben. Die Suppe durch ein feines Sieb passieren, mit restlichen Spinat und Parmesan mixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die Eier:**

2 frische Bio-Eier  
 100 ml Weißweinessig  
 Eiswasser

Essig mit 1 L Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Im Topf mithilfe eines Schneebesens einen Strudel bilden. Eier aufschlagen, hineingeben und ca. 2-3 Minuten darin ziehen lassen. Mit einer Schaumkelle vorsichtig herausheben und im Eiswasser kurz abschrecken. Das überstehende Eiweiß abschneiden und die Eier warmhalten.



Das pochierte Ei kann man nach dem Pochieren in Eiswasser abschrecken, damit das Eigelb flüssig bleibt und nicht weitergart.

**Für die Garnitur:**

30 ml Schlagsahne

Sahne steif schlagen.

Jeweils 1 EL Spinat und 1 Ei in vorgewärmte Suppenteller geben. Die Suppe erhitzen, mit der geschlagenen Sahne mithilfe eines Pürierstabs aufschäumen und um den Spinat gießen. Das Gericht servieren.