

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 4. Mai 2021** ▪  
**Vorspeise mit Johann Lafer**



Camill Kowol

**Rindertatar mit Süßkartoffel-Pralinen und Quarkteig-Schnecken mit Rucolapesto**

Zutaten für zwei Personen

**Für das Rindertatar:**

150 g Rinderfilet  
 2 Cornichons, aus dem Glas  
 1 EL Kapern, in der Lake  
 1 Schalotte  
 2 Eier, Größe M  
 2 TL scharfer Senf  
 2 EL Worcestersauce  
 1 Zweig glatte Petersilie  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Cornichons und Kapern fein würfeln. Schalotte abziehen und in sehr feine Würfel schneiden. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blätter vom Stiel zupfen und fein hacken.

Rinderfilet waschen und trockentupfen. Erst in dünne Scheiben und dann in feine Würfel schneiden. Anschließend mit einem scharfen Küchenmesser durchhacken, sodass ein möglichst feines Tatar entsteht. Tatar mit Senf und Worcestersoße mischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Eier trennen und das Eigelb mittig auf dem angerichteten Tatar platzieren.

**Für die Süßkartoffel-Pralinen:**

1 Süßkartoffel  
 1 Knoblauchzehe  
 1 walnussgroßes Stück Ingwer  
 1 EL schwarzer Sesam  
 1 EL weißer Sesam  
 1 Zweig Rosmarin  
 1 EL Chiliflocken  
 Brauner Zucker, zum Abschmecken  
 50 g Mandelmehl  
 Olivenöl, zum Bepinseln  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Ingwer schälen und fein hacken. Knoblauch abziehen und hacken.

Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und hacken. Olivenöl mit Salz, Pfeffer, Chiliflocken und Zucker verrühren. Süßkartoffel schälen, in ca. 5-6 mm dicke Scheiben schneiden. Süßkartoffel, Knoblauch und Ingwer mit Öl vermengen, auf ein Backblech geben und in den vorgeheizten Ofen geben. Ca. 10 bis 15 Minuten garen, bis die Süßkartoffel weich ist. Anschließend herausnehmen und mit einer Gabel zu einem groben Stampf verarbeiten. Mit Rosmarin und Mandelmehl vermengen. Schwarzen und weißen Sesam vermischen. Süßkartoffelmasse zu Kugeln formen und im Sesam wenden.

**Für die Quarkteig-Schnecken mit**

**Pesto:**

125 g Rucola  
 2 Knoblauchzehen  
 50 g Butter  
 250 g Magerquark  
 300 g Mehl  
 15 g Backpulver  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Quark, Mehl, Backpulver und ca. 2 Teelöffel Salz zu einem Teig verkneten.

Rucola waschen und trockenschleudern. Knoblauch abziehen. Rucola und Knoblauch mit der Butter zu einem Pesto häckseln und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Teig ca. 3 mm dick ausrollen und zu einem Rechteck (ca. 20x20 cm) schneiden. Teig mit Rucolapesto bestreichen und von der langen Seite beginnend aufrollen. Von der Teigrolle ca. 2 cm breite Rollen schneiden, mit der Schnittkante auf ein mit Backpapier belegtes Backblech stellen und im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten goldgelb backen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.