

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 19. Juli 2021 ▪  
**Leibgericht mit Alfons Schuhbeck**



Sergej Ulrich

**Puten-Saté mit Pfannengemüse**

Zutaten für zwei Personen

**Für die Spieße:**

300 g Putenbrust  
 20 g frischer Ingwer  
 2 EL Kokosmilch  
 1 EL Hoisinsauce  
 2 EL helle Sojasauce  
 1 TL rote Currypaste  
 1 TL gemahlener Koriander

Den Backofen auf 160 Grad Grillfunktion vorheizen.

Putenbrust in lange Streifen schneiden und auf Spieße schieben. Ingwer schälen, fein reiben und mit Koriander und Currypaste mischen. Kokosmilch, Hoisin- und Sojasauce einrühren. Fleisch in der Marinade wenden und ruhen lassen.

Fleischstreifen abtropfen lassen, wellenförmig auf die Spieße stecken und für sechs Minuten im Ofen garen. Den Ofen in den letzten zwei Minuten auf 230 Grad erhöhen.

**Für das Pfannengemüse:**

200 g braune Champignons  
 1 Zucchini  
 200 g frischer Spinat  
 1 Zwiebel  
 1 Knoblauchzehe  
 2 cm Ingwer  
 1 Chilischote  
 3 EL Sesamöl  
 1 EL Reisessig  
 1 EL dunkle Sojasauce  
 2 TL Asia-Gewürz  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Champignons vierteln und Zucchini in Streifen schneiden. Zwiebeln abziehen und in Ringe schneiden. Chilischote ebenfalls in Ringe schneiden. Knoblauch und Ingwer schälen und fein würfeln.

In einer beschichteten Pfanne das Öl erhitzen. Erst die Zucchini und dann nach und nach Champignons, Zwiebel, Chilischote, Knoblauch sowie Ingwer hinzufügen. Spinat ebenfalls mit in die Pfanne geben.

Mit Sojasauce und Reisessig würzen. Mit Salz, Pfeffer und Asia-Gewürz abschmecken.

**Für die Garnitur:**

1 Bund Schnittlauch  
 2 EL heller Sesam

Sesam in einer Pfanne goldgelb rösten. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und kleinschneiden.

Pfannengemüse und Saté-Spieße auf Teller anrichten, mit Sesam und Schnittlauch garniert servieren.