

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 02. März 2021** ▪
Vegetarische Küche mit Alfons Schuhbeck



Jennifer Rauser

Grünes Curry mit Tofu-Puffs, Jasminreis und Reisflocken-Crunch

Zutaten für zwei Personen

Für die Currypaste:

- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 grüne Thai-Chilischoten
- 2 große grüne milde Chilis
- 2 Stangen Zitronengras
- 1 Stück Galangal
- 10 Thai-Basilikumblätter
- 1 TL Koriandersamen
- ½ TL Kreuz-Kümmelsamen
- ½ TL weiße Pfefferkörner
- 3 Kaffir-Limette
- 1 TL Salz

Die Koriandersamen, Kümmelsamen und Pfefferkörner in einer Pfanne ohne Fett rösten und anschließend im Mörser fein mahlen. Galangal schälen. Zitronengras von der Wurzel befreien. 2 TL Schale der Kaffir-Limette abreiben. Schalotte und Knoblauch abziehen. Alle Zutaten zusammen mit Salz, den Chilischoten und Basilikum zusammen in einen Mixer geben und fein pürieren.

Für das Curry:

- 3 thailändische Auberginen
- 1 Zucchini
- 200 g Austernpilze
- 5 Kräuterseitlinge
- 6 Tofupuffs
- 2 Dosen Kokosmilch, extra cremig
- 1 kleine Dose Bambussprossen in Scheiben
- 2 EL Mushroom Oyster-Sauce
- 20 ml Reisessig
- 1 EL Erdnussöl
- 3 Stängel Thai-Basilikum
- 2 Stängel Koriander
- 1 EL Zucker
- 2 EL Speisestärke
- 1 Prise rote Chiliflocken, für die Garnitur

Aubergine, Austernpilze und Kräuterseitlinge in mundgerechte Stücke schneiden. Zucchini von den Enden befreien und ebenfalls in mundgerechte Stücke schneiden. Tofu halbieren. Die schon hergestellte Currypaste in Erdnussöl anbraten. Zuerst die Auberginen hinzufügen, dann Zucchini und Pilze. Alles anbraten und mit Kokosmilch ablöschen. Bambussprossen und Tofu hineingeben und mit der Mushroom Oyster-Sauce, Reisessig und Zucker abschmecken. Basilikum und Koriander abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und Curry damit garnieren. Mit Chiliflocken bestreuen.

Tipp: alternativ zur Mushroom Oyster-Sauce kann man auch eine No-Oyster-Sauce nehmen.

Für den Reis: Reis mit kaltem Wasser abwaschen und mit 350 ml Wasser in einen Topf aufgießen. Olivenöl und Salz einrühren. Aufkochen, umrühren, Deckel zu und 10 min und kleiner Stufe dämpfen.

150 g Thai-Jasminreis
1 EL Olivenöl
½ TL Salz

Für den Crunch: Rice Flakes im heißen Öl in einem Topf aufpuffen lassen und auf einem Küchentuch abtropfen. Mit Nori-Gewürz und Salz bestreuen.

3 Rice Flakes
Neutrales Öl, zum Frittieren
Nori-Gewürz, zum Würzen
Salz, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Verena Schiller

Knödelgröstl mit Schwammerlsauce

Zutaten für zwei Personen

Für das Knödelgröstl:

500 g Knödelbrot
1 große Zwiebel
3 Eier
200 g Butter
1 L Milch
1 Bund glatte Petersilie
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Einen großen Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Knödelbrot in eine große Schüssel geben. Milch in einem Topf erhitzen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Zwiebel abziehen, in sehr feine Stücke schneiden und in etwas Butter glasig dünsten, Petersilie hinzufügen.

Eier zum Knödelbrot geben, je nach Bedarf mit der warmen Würzmilch übergießen und zu einer Masse verkneten. Zwiebeln mit der Petersilie unterheben. Die Masse auf Alufolie geben und eine Rolle formen. Das Alufolienpäckchen in kochendem Wasser ca. 15-20 Minuten garen.

Das Päckchen aus dem Wasser heben und Alufolie entfernen, die Knödel in gleichmäßig große Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit der restlichen Butter anbraten.

Für die Sauce:

500 g Champignons
6 getrocknete Steinpilze
5 Schalotten
250 ml Sahne
50 g Butter
150 ml Pilzfond
250 ml trockener Weißwein
1 Bund glatte Petersilie
Neutrales Öl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Gemüsefond in einem Topf erwärmen. Steinpilze für zehn Minuten in Gemüsefond einweichen. Anschließend herausnehmen, ausdrücken und den Sud aufheben. Steinpilze klein hacken. Champignons säubern und in Würfel schneiden. Schalotten abziehen und fein schneiden. Pfanne mit etwas Butter und Öl erhitzen, Schalotten darin glasig dünsten, Champignons hinzufügen. Steinpilze inklusive Sud dazugeben. Mit Weißwein ablöschen und ziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Sahne hinzufügen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, hacken und unter die Sauce rühren.

Je zwei Knödel auf Tellern anrichten, Sauce daneben geben und mit Petersilie garniert servieren.



Marcus Edelmann

Grüne Gnocchi in Salbei-Walnuss-Butter mit Ricotta-Zitronen-Creme und Rucola

Zutaten für zwei Personen

Für die Basilikum Gnocchi:

250 g mehligkochende Kartoffeln
100 g Ricotta
1 Ei
25 g Parmesan
1 großes Bund Basilikum
100 g Mehl
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen, in Wasser weichkochen und mit einer Kartoffelpresse ausdrücken. Basilikum abbrausen, trockenwedeln und Blätter zupfen. Basilikum zusammen mit dem Ricotta mit einem Handmixer fein pürieren. Ei trennen. Die Basilikum-Ricotta Masse zusammen mit Kartoffeln, Mehl und Eigelb vermengen. Frisch geriebener Parmesan und Muskatnuss dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Teig in einer Rolle (Durchmesser ca. 2cm) ausrollen und in 1cm lange Stücke zurechtschneiden. Mit Hilfe eines Gnocchibrettes Gnocchi formen und in siedendes Salzwasser geben. Sobald die Gnocchi oben schwimmen herausnehmen.

Für die Salbei-Walnuss-Butter:

100 g Kirschtomaten
100 g Walnüsse
100 g Butter
1 Bund Salbei
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Walnüsse klein hacken. Butter in einer Pfanne zusammen mit Salbei auslassen bis sie braun wird. Salbei entfernen, klein gehackte Walnussskerne und Gnocchi in die Butter geben und alles gut durchziehen lassen. Kirschtomaten halbieren und mit zu den Gnocchi geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Ricotta-Zitronen-Creme:

1 Zitrone
50 g Walnüsse
200 g Ricotta
20 g Parmesan
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Walnussskerne in einer Pfanne rösten und klein hacken. Anschließend die Zitrone auspressen und den Parmesan fein reiben. Ricotta mit den Walnusskernen, 1-2 EL Zitrone und Parmesan vermengen. Die Creme mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:

50 g Rucola
20 g Parmesan

Rucola abbrausen und trockenwedeln. Parmesan hobeln.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 02. März 2021** ▪
Zusatzgericht von Alfons Schuhbeck



Harissa-Bulgur mit Frühlingszwiebeln, Kräutern und Feta

Zutaten für zwei Personen

Für den Bulgur:

- 100 g feiner Bulgur
- 100 g Cocktailtomaten
- 4 kleinere Frühlingszwiebeln
- 250 ml Gemüsefond
- 120 g Kräuter (Petersilie, Koriander, Minze, Kerbel, Dill, Basilikum)
- 1 TL mildes Harissa-Pulver
- Salz, aus der Mühle

Für die Garnitur:

- 120 g Feta
- 2 EL mildes Olivenöl

Den Bulgur auf einem Sieb unter fließendem kaltem Wasser waschen, bis dieses klar bleibt. Bulgur mit Fond in einem Topf einmal aufkochen lassen, mit einem Blatt Backpapier bedecken und knapp unter dem Siedepunkt 10 Minuten ziehen lassen.

Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Unter den Bulgur mischen und 2 Minuten am Siedepunkt ziehen lassen.

Cocktailtomaten waschen und halbieren. Kräuter abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden. Tomaten, Kräuter und Harissa unter den Bulgur mischen und erhitzen. Nach Bedarf noch etwas Fond nachgießen und alles leicht salzen.

Feta in kleinere Stücke brechen

Den Bulgur auf warmen Tellern anrichten und Feta auf dem Bulgur verteilen. Olivenöl darüber träufeln.