

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 24. Mai 2023** ▪  
**Vegetarische Küche mit Nelson Müller**



Janine Hübel

**Pilz-"Kebab" mit Erbsen-Minz-Püree und Zatar-Möhren**

Zutaten für zwei Personen

**Für den Pilz-Kebab:**

300 g Austernpilze  
 1 Knoblauchzehe  
 1 TL Honig  
 1 EL dunkle Sojasauce  
 1 TL Tomatenmark  
 1 TL getrockneter Oregano  
 1 TL gemahlener Kreuzkümmel  
 1 TL geräuchertes Paprikapulver  
 1 TL Kurkuma  
 1 Prise getrocknetes Chilipulver  
 3 EL Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Austernpilze säubern und in grobe Stücke zerreißen. Knoblauch abziehen und feinschneiden. Aus allen Zutaten eine Marinade anrühren und die Austernpilze darin kurz marinieren. Die marinierten Pilzstücke auf einen Spieß aufspießen und bei mittlerer Temperatur in einer Pfanne ca. 20 Minuten braten, zwischendurch wenden.

**Für die Zatar-Möhren:**

2 Möhren  
 1 EL Olivenöl  
 1 TL Honig  
 1 EL Zatar-Gewürz

Möhren schälen und in mundgerechte Stifte schneiden. Mit Olivenöl, Honig und Zatar vermengen und in einer Pfanne bei mittlerer Temperatur ca. 10 Minuten bissfest garen.

**Für das Erbsen-Minz-Püree:**

200 g TK-Erbesen  
 50 ml Sahne  
 10 Minzblätter  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Erbesen in gesalzenem Wasser ca. 3 Minuten blanchieren. Erbsen mit Sahne, Salz, Pfeffer und Minze mit dem Stabmixer pürieren und evtl. durch ein Sieb streichen.

Den Spieß mit dem Püree und den Möhren auf Tellern anrichten und servieren.