

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 02. August 2024 ▪  
Vegetarische Küche mit Cornelia Poletto



Jan-Timo Bender

**Ravioli mit Rote-Bete-Ricotta-Füllung, Mohn-Butter und  
schaumiger Parmesansauce**

Zutaten für zwei Personen

**Für den Ravioliteig:**

2 Eier  
200 g Mehl, Type 00  
Mehl, für die Arbeitsfläche

Das Mehl mit den Eiern verkneten. Teig in Frischhaltefolie gewickelt im Kühlschrank ruhen lassen. Dann auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche hauchdünn ausrollen. Kreise von ca. 7 cm Durchmesser ausstechen.

**Für die Rote-Bete-Ricotta-Füllung:**

150 g vorgekochte Rote Bete  
125 g Ricotta  
20 g Parmesan  
1 gehäufte EL Semmelbrösel  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Rote Bete und Parmesan fein reiben. Dann mit Ricotta mischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Semmelbrösel unterrühren. Je 1 TL Rote-Bete-Masse in die Mitte der Pastakreise setzen. Ränder anfeuchten und mit einem weiteren Kreis belegen. Mit einem Ravioli-Stempel fest zusammendrücken. In reichlich kochendem Salzwasser ca. 3 Minuten garen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen und in einem Sieb kurz abtropfen lassen.

**Für die Parmesansauce:**

50 g Parmesan  
200 ml Sahne  
½ Zitrone, Saft  
1 Prise Cayennepfeffer  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Sahne aufkochen, Parmesan reiben und in die kochende Sahne einrühren. Mit einem Pürierstab schaumig aufmixen. Bei Bedarf mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und einem Spritzer Zitronensaft würzen. Erneut mixen und über die Ravioli geben.

**Für die Mohn-Butter:**

50 g Butter  
20 g gemahlener Mohn

Butter in einer Pfanne schmelzen und Mohn einrühren. Ravioli kurz vor dem Servieren damit beträufeln.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Cornelia Wittenbeck**

## **Tagliatelle mit Linsen-"Bolognese"**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für die Tagliatelle:**

2 Eier  
125 g Semola + Semola, zum Ausrollen  
75 g Mehl, Type 405  
2 g Salz

Das Mehl in eine Schüssel sieben, eine Mulde bilden und die Eier hineingeben. Salz hinzugeben und mit dem Knethaken zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. In Folie gewickelt im Kühlschrank mindestens 15 Minuten ruhen lassen. Dann auf die gewünschte Dicke ausrollen und Nudelbahnen in Tagliatelle schneiden. Fertige Pasta mit Semola bestreuen damit sie nicht aneinanderklebt. In kochendem Salzwasser 3-4 Minuten al dente garen. Etwas Nudelwasser für die Bolognese zurückhalten.

### **Für Linsenbolognese:**

180 g rote Linsen  
400 g Tomaten, aus der Dose  
1 Tomate  
2 Möhren  
¼ Knollensellerie  
1 Stange Porree  
1 Frühlingszwiebel  
1 große Zwiebel  
2 Knoblauchzehen  
1 Chilischote  
30 g Parmesan  
30 ml Milch  
200 ml Gemüsefond  
50 ml Rotwein  
2 EL Tomatenmark  
½ Bund Thymian  
½ Bund Majoran  
1 Zweig Rosmarin  
1 Lorbeerblatt  
2 Prisen Cayennepfeffer  
1 Prise edelsüßes Paprikapulver  
1 Prise Zucker  
Olivenöl, zum Braten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Linse in reichlich Wasser ohne Salz etwa 10 Minuten leicht köcheln. Möhren und Sellerie schälen, Porree und Frühlingszwiebel putzen. Alles kleinschneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen und feinhacken. Chili von Scheidewänden und Kernen befreien und fein hacken. Alles in einer Pfanne mit Öl andünsten. Tomate kreuzweise einritzen und mit siedend heißem Wasser übergießen, danach Haut abziehen und klein hacken. Mit in die Pfanne geben. Tomatenmark einrühren und mit anrösten lassen. Mit Pfeffer und Salz würzen und mit Rotwein ablöschen. Tomaten aus der Dose zerkleinern und mit Fruchtsaft und dem Lorbeerblatt in die Pfanne geben. Fond angießen und einkochen lassen. Thymian, Majoran und Rosmarin fein hacken und unterrühren. Einen Schuss Milch dazugeben und einrühren. Weitere 10-15 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Linse in einem Sieb abtropfen lassen, dann unter Sauce mischen. Final mit Salz, Paprika und Cayennepfeffer abschmecken und auf die Nudeln geben. Mit geriebenem Parmesan garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



**Anna Alexander-Eichler**

## **Gemüsecurry mit Jasminreis und gerösteten Mandelblättchen**

**Zutaten für zwei Personen**

### **Für den Jasminreis:**

200 g Jasminreis  
 ½ TL Salz  
 5 Kapseln Kardamom

Den Reis in einem Sieb gut durchwaschen bis das Wasser klar wird. Mit 400 ml gesalzenem Wasser aufkochen, Kardamom dazugeben und dann bei mittlerer Hitze gar ziehen lassen.

### **Für das Gemüsecurry:**

250 g Brokkoli  
 1 Zucchini  
 1 rote Paprika  
 200 g Kichererbsen, aus der Dose  
 1 Tomate  
 1 Knoblauchzehe  
 1 Frühlingszwiebel  
 3 cm Ingwer  
 1 Limette, Saft  
 100 ml Sahne  
 200 ml Kokosmilch  
 150 ml Gemüsefond  
 ½ TL gelbe Currypaste  
 1 EL Koriandersaat  
 ½ TL Kurkuma  
 2 TL Currypulver  
 1 EL Mehl  
 Neutrales Pflanzenöl, zum Braten

Ingwer schälen, Knoblauch abziehen und beides fein hacken. Kichererbsen abgießen und spülen. Brokkoli waschen und Röschen klein schneiden. Zucchini in geviertelte Scheiben schneiden. Paprika halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und würfeln. Frühlingszwiebel in Ringe schneiden. Öl in einer großen Pfanne erhitzen und Ingwer und Knoblauch darin andünsten. Gemüse dazu geben und anbraten. Mit Mehl, Currypulver und Kurkuma bestäuben. Koriandersaat hinzugeben und alles kurz anrösten.

In einem Topf etwa 200 ml Wasser, Kokosmilch und Fond aufkochen lassen. Gemisch zum Gemüse in die Pfanne geben und 10 Minuten köcheln lassen. Tomate vierteln und mit ins Curry geben. Kurz vor dem Servieren Sahne einrühren und mit Limettensaft abschmecken. Mit Salz und Pfeffer würzen.

### **Für die Mandelblättchen:**

2 EL Mandelblättchen

Mandeln in einer Pfanne ohne Öl anrösten. Anschließend über das Gericht streuen.

### **Für die Garnitur:**

2 Zweige Koriander

Blätter abzupfen und zur Dekoration benutzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Johanna Karajan

## Grüner Salat mit gebratenen Zucchini, Kartoffeln, Spargel und geröstetem Kerne-Mix

Zutaten für zwei Personen

**Für die Kartoffeln:**  
2 große Kartoffeln

Die Kartoffeln schälen, waschen, in mittelgroße Würfel schneiden und in einem Topf mit Wasser garkochen. Abgießen und ausdampfen lassen.

**Für den Spargel:**  
4 Stangen grüner Spargel  
Salz, aus der Mühle

Spargel waschen, holzige Enden abbrechen, kleinschneiden und in Salzwasser kochen, sodass sie noch leichten Biss haben. Abgießen und kurz auskühlen lassen.

**Für den Salat:**  
1 Romanasalatherz  
½ Bund Rucola  
¼ Kopf Lolo Rosso  
2 hellgrüne, kleinere Spitzpaprika  
1 Salatgurke  
1 Kohlrabi  
100 g grüne, entsteinte Oliven  
2 TL gerebeltes Basilikum  
2 TL gerebelter Dill

Gurke waschen, schälen und in Scheiben schneiden. Paprika waschen und von der Spitze aus in dünne Scheiben schneiden. Lollo Rosso, Romanasalat und Rucola waschen und trockenschleudern. In mundgerechte Stücke zupfen. Kohlrabi schälen und in Scheiben schneiden. Alles vermengen und Oliven, sowie Spargelstücke und Kartoffelwürfel unterheben. Mit Basilikum und Dill würzen.

**Für die gebratenen Zucchini:**  
2 Zucchini  
1 TL gerebelte Dillspitzen  
½ TL gerebelter Dill  
Rapsöl, zum Braten  
Salz, aus der Mühle

Zucchini waschen, beiden Enden abtrennen und in mittelbreite Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit Öl braten. Auf Küchentrepp abtropfen lassen. Fertige Zucchinischeiben mit Dillspitzen bestreuen und salzen.

**Für den Kernemix und die Croûtons:**  
2 Scheiben Vollkorntoast  
50 g Pinienkerne  
50 g Walnüsse  
50 g Kürbiskerne  
1 TL gerebelte Dillspitzen  
Rapsöl, zum Braten

Walnüsse klein hacken. Toast in Würfel schneiden. Kerne, Walnüsse und Toast mit Öl in einer Pfanne rösten, Dillspitzen als Gewürz dazugeben.

**Für das Dressing:**  
1 Zitrone, Saft  
1 Limette, Saft  
4 EL Rapsöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zitrone und Limette auspressen und aus dem Saft, Öl, Salz und Pfeffer ein Dressing anrühren. Beim Anrichten über den Salat geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.