

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 17. September 2024** ▪
Vorspeise mit Mario Kotaska



Jake Nguyen

Zweierlei venezolanische Maisfladen: Mit gezupftem Hühnchen und Avocado & Mit Rührei und Guasacaca-Dip an Mango-Tomaten-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für die Fladen:

70 g nixtamalisiertes, weißes Maismehl
 Butter, zum Bestreichen
 Neutrales Pflanzenöl, zum Braten
 ½ TL Salz

Das Maismehl mit 140 ml Wasser und Salz vermengen und mindestens 5 Minuten ziehen lassen. Dann erneut kneten bis der Teig glatt ist. Teig zu mehreren kleinen Kugeln formen und plattdrücken. Öl in einer Pfanne erhitzen und Maisfladen von beiden Seiten backen, bis sich eine Kruste gebildet hat. Kurz vor dem Servieren in der Mitte aufschneiden und Innenseiten mit Butter bestreichen.

Für das gezupfte Hühnchen:

1 Hähnchenbrust à 200 g, ohne Haut
 ½ rote Paprikaschote
 ½ Zwiebel
 1 TL Salz
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Etwas Wasser in einem Topf mit etwas Pfeffer und Salz erhitzen. Zwiebel abziehen und halbieren. Paprika halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien. Zwiebel und Paprika mit in das Wasser geben und aufkochen lassen. Fleisch hineingeben und etwa 30 Minuten in siedendem Wasser garziehen lassen. Anschließend herausnehmen und mit zwei Gabeln zerzupfen.

Für die Avocado:

1 Avocado
 ½ Zitrone, Saft
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Avocado halbieren, Stein entfernen und aus der Schale heben. 2/3 der Avocado mit einer Gabel zerdrücken. Restliche Avocado in feine Scheiben schneiden und als Garnitur nutzen. Zerdrückte Avocado mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Gezupfte Hähnchenbrust mit Avocado mischen.

Für das Rührei:

3 Eier
 1 Tomate
 ¼ Zwiebel
 3 Halme Schnittlauch
 ½ TL edelsüßes Paprikapulver
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Tomate waschen, zwei Scheiben abschneiden und für die Garnitur beiseitelegen. Restliche Tomate fein hacken. Zwiebel abziehen und fein hacken, genauso wie den Schnittlauch. Eier aufschlagen und mit klein gehackten Tomaten, Zwiebeln und Schnittlauch vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. In einer beschichteten Pfanne braten.

Für den Mango-Tomaten-Salat:

1 Flug-Mango
 1 Tomate
 ½ Zwiebel
 ½ Zitrone, Saft
 3 Zweige Koriander
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Mango schälen und in mundgerechte Würfel schneiden. Tomate kleinschneiden. Zwiebel abziehen und fein hacken. Koriander hacken. Alles miteinander vermengen und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen.

Für die Guasacaca: Avocados halbieren, entsteinen und aus der Schale lösen. Mit etwa 2 EL Zitronensaft vermischen und mit einer Gabel zerdrücken. Zwiebel und Knoblauch abziehen. Paprika halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien. Alles zusammen mit der Avocado in einen Multizerkleinerer geben und 50 ml Wasser sowie 50 ml Essig hinzufügen. Pürieren und mit Salz, Pfeffer und Olivenöl abschmecken.

- 2 Avocados
- 1 große grüne Paprika
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Zwiebel
- 1 Zitrone, Saft
- 50 ml Weißweinessig
- 1 Bund Koriander
- 3 EL Olivenöl
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.