

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 03. Januar 2023** ▪
Vegetarische Küche mit Mario Kotaska



Willem Lückert

**Pulled Mushrooms mit Parmesan-Kartoffelpüree und
 Rotkohlsalat mit Datteln und Feta**

Zutaten für zwei Personen

Für die Pulled Mushrooms:

300 g Kräuterseitlinge
 2 Knoblauchzehen
 120 g passierte Tomaten
 20 g Zuckerrübensirup
 1 EL Sojasauce
 1 EL Butter
 1 EL Olivenöl
 1 TL getrockneter Thymian
 1 TL edelsüßes Paprikapulver
 1 TL geräuchertes Paprikapulver
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Kräuterseitlinge putzen und mit einer Gabel zerrupfen. Knoblauch abziehen und durch eine Presse drücken.

Sojasauce, passierte Tomaten, Olivenöl, Paprikapulver, getrockneter Thymian, Salz und Pfeffer mit dem Zuckerrübensirup mischen.

Pilze danach mit der Marinade vermischen und für 20 Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. Anschließend in einer Pfanne in Butter schwenken.

Für das Parmesan-Kartoffelpüree:

500 g mehligkochende Kartoffeln
 1 Knoblauchzehe
 120 ml Milch
 30 g Parmesan
 50 g Butter
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, würfeln und in einem Topf mit gesalzenem kochendem Wasser kochen, bis sie gar sind. Außerdem kommt noch eine zerdrückte und geschälte Knoblauchzehe mit in den Topf. Parmesan reiben.

Kartoffeln abgießen, wenn sie gar sind, die restlichen Zutaten in den Topf geben und stampfen.

Für den Rotkohlsalat:

½ kleinen Kopf Rotkohl
 75 g getrocknete Datteln ohne Kern
 50 g Feta
 ½ Zitrone
 2 Zweige Petersilie
 1,5 EL Olivenöl
 2 EL Sesam
 ½ TL Chiliflocken
 Salz, aus der Mühle

Rotkohl in feine Streifen schneiden. Datteln in Stücke schneiden. Feta zerkrümeln. Sesam ohne Fett in einer Pfanne anrösten.

Olivenöl, 1 EL ausgepresster Zitronensaft, Chiliflocken und Salz in eine kleine Schüssel geben und verrühren. Rotkohlstreifen mit den Datteln dazugeben und mit dem Dressing verrühren.

Petersilie hacken und mit Feta und geröstetem Sesam über den Rotkohlsalat geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.