

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 11. April 2023** ▪  
**Vorspeise mit Johann Lafer**



**Viktoria Eggers-Heyden**

**Rote-Bete-Linsen-Türmchen mit Rinder-Tataki und Koriander-Mayonnaise**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für den das Türmchen:**

200 g rote Linsen  
 400 g vorgegarte Rote Bete  
 4 Frühlingszwiebeln  
 ½ Zitrone, davon Saft  
 1 TL mittelscharfer Senf  
 1 EL Agavendicksaft  
 350 ml Gemüsefond  
 3 EL weißer Balsamicoessig  
 ½ Bund Petersilie  
 1 EL Zucker  
 Mildes Chilipulver, zum Würzen  
 Currypulver, zum Würzen  
 1 TL gemahlener Kreuzkümmel  
 Gemahlener Koriander, zum Würzen  
 4 EL Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Gemüsefond in einem Topf erhitzen. Einen Esslöffel Olivenöl in einem zweiten Topf erhitzen. Linsen mit Kreuzkümmel, Currypulver, Kreuzkümmel und Chilipulver zum Öl geben und leicht anrösten. Heißen Gemüsefond zu den Linsen in den Topf geben und circa 10 Minuten leicht köcheln lassen.

Rote Bete in kleine Würfel schneiden und mit ausgepresstem Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Petersilie hacken und Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden. Koriander hacken.

Senf, Essig, 3 EL Öl und Agavendicksaft in ein Schraubglas füllen und kräftig schütteln.

Zum Anrichten des Türmchens nun zuerst die Linsen auf den Teller geben, Rote Bete Würfel darauf legen und mit Frühlingszwiebeln und Petersilie garnieren. Das Dressing tröpfchenweise darüber geben.

**Für das Tataki:**

200 g Rinderfilet  
 1 TL grobe Salzflöcken  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Eine sehr gut beschichtete Pfanne aufstellen und richtig heiß werden lassen. Das Rinderfilet im Ganzen von allen Seiten scharf anbraten, so dass es von innen noch roh ist. Anschließend 3 Minuten ruhen lassen, danach pfeffern und salzen. In dünne Scheiben aufschneiden und nach dem Anrichten nochmals pfeffern und salzen.

**Für die Koriander-Mayonnaise:**

½ Zitrone, davon Saft & Abrieb  
 2 Eier  
 1 TL Senf  
 1 Bund Koriander  
 Zucker, zum Abschmecken  
 300-500 ml neutrales Öl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwei Eier in ein hohes Gefäß geben, Senf hinzufügen. Mit dem Mixstab aufschlagen und das Öl in einem Strahl dazugeben. So lange Öl zugeben, bis die Mayonnaise die gewünschte Konsistenz erreicht hat. Mayonnaise mit Salz, Zucker, Pfeffer und Zitronenabrieb und -saft der halben Zitrone abschmecken. Anschließend Koriander hacken und dazugeben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.