

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 07. Oktober 2026** ▪
Vegetarische Küche mit Viktoria Fuchs



Henriette Stein

**Austernpilze im Backteig mit Tahini-Zitronen-Dip,
gebackenen Süßkartoffelwürfeln und Wildkräuter-
Radicchio-Salat**

Zutaten für zwei Personen

Für die Austernpilze im Backteig:

6 große Austernpilzköpfe
100-120 ml kaltes helles Bier
Neutrales Pflanzenöl, zum Frittieren
100 g Mehl, Type 405
1 TL Backpulver
½ TL Cayennepfeffer
½ TL edelsüßes Paprikapulver
½ TL gemahlener Kreuzkümmel
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Mehl, Backpulver, Cayennepfeffer, Paprikapulver und Kreuzkümmel in einer Schüssel vermengen. Bier nach und nach unterrühren, bis ein glatter, dickflüssiger Backteig entsteht. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Austernpilze vorsichtig putzen und gegebenenfalls grobe Stielenden entfernen. Neutrales Pflanzenöl in einem Topf oder einer Fritteuse auf etwa 170–180 °C erhitzen. Austernpilze portionsweise durch den Backteig ziehen und überschüssigen Teig kurz abtropfen lassen. Im heißen Öl 2-3 Minuten goldbraun und knusprig ausbacken. Mit einer Schaumkelle herausheben, auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen.

Für den Tahini-Zitronen-Dip:

1 Zitrone, Saft & Abrieb
100 g Kokosjoghurt
70 ml flüssiges Tahini
2 EL Ahornsirup
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zitrone heiß waschen und die Schale fein abreiben. Saft auspressen.

Zitronensaft und Zitronenabrieb mit Kokosjoghurt, Tahini und Ahornsirup verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Falls nötig etwas Wasser hinzugeben. Bis zum Servieren kalt stellen.

**Für die gebackenen
Süßkartoffelwürfel:**

1 Süßkartoffel
2 EL neutrales Pflanzenöl
½ TL edelsüßes Paprikapulver
½ TL gemahlener Kreuzkümmel
1 Prise gemahlener Zimt
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Süßkartoffel schälen und in etwa 1-2 cm große Würfel schneiden. Mit Pflanzenöl, Paprikapulver, Kreuzkümmel und Zimt vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Süßkartoffelwürfel mit ausreichend Abstand auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und im vorgeheizten Backofen etwa 20 Minuten backen, bis sie weich und an den Rändern leicht gebräunt sind.

Für die karamellisierten Pecannüsse:

50 g Pecannüsse
1 EL Rohrzucker
½ TL gemahlener Zimt
Salz, aus der Mühle

Pecannüsse grob hacken und in einer beschichteten Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze unter regelmäßigem Schwenken etwa 3-5 Minuten rösten. Rohrzucker, Zimt, eine Prise Salz und 3 EL Wasser zugeben. Unter Rühren weiter erhitzen, bis das Wasser vollständig verdampft ist und die Nüsse von einer glänzenden Karamellschicht umhüllt sind. Pecannüsse auf ein Stück Backpapier geben, auseinanderziehen und vollständig auskühlen lassen. Anschließend grob zerbrechen.

Für den Salat:

50 g Wildkräutersalat
½ Radicchio
1 EL Apfelessig
1 EL Ahornsirup
1 TL süßer Senf
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Wildkräutersalat und Radicchio waschen und gründlich trocken schleudern. Radicchio in feine Streifen schneiden. Apfelessig, Ahornsirup, süßen Senf und Olivenöl zu einem cremigen Dressing verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Salat und Radicchio erst kurz vor dem Servieren mit dem Dressing vermengen.

Für die Garnitur:

50 g Granatapfelkerne

Granatapfelkerne über den Salat geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.