

▪ **Die Küchen Schlacht – Menü am 08. April 2026**
Vegetarische Küche mit Björn Freitag



Felipe Bechtoldt

**Blumenkohl-„Steak“ mit Chimichurri, weißem
Bohnenpüree und Grapefruit-Gel**

Zutaten für zwei Personen

Für den Blumenkohl:

1 Blumenkohl
Pflanzenöl, zum Frittieren
Salz, aus der Mühle

Die Fritteuse auf 140 Grad vorheizen. Blumenkohl putzen und zwei 2 cm dicke Scheiben ausschneiden. Blumenkohlscheiben in Pflanzenöl in einer Fritteuse frittieren. Vor dem Servieren mit Salz würzen.

Für das Bohnenpüree:

500 g weiße Riesenbohnen in Salzlake,
mit Flüssigkeit
1 Knoblauchzehe
1 Zitrone, Saft & Abrieb
1 TL Hefeflocken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen. Zitronenschale reiben, Zitronensaft auspressen und auffangen. Alle Zutaten in einen Mixer geben und pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Chimichurri:

1 Knoblauchzehe
1 rote Chilischote
1 TL Rotweinessig
200 ml Olivenöl
1 Bund glatte Petersilie
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kräuter fein hacken. In eine Schüssel geben. Chili von Kernen und Trennhäuten befreiend. Knoblauch abziehen, hacken und mit der Chili zu den gehackten Kräutern hinzugeben. Anschließend mit dem Essig vermischen. Öl hinzugeben und alles zusammen vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Grapefruit-Gel:

2 Grapefruits, Filets & Saft
3 g Agar Agar

Grapefruit schälen, Filets ausschneiden und für die Garnitur verwenden. Aus dem Rest den Saft auspressen, aufkochen lassen und Agar Agar einrühren. Anschließend auf ein Blech geben, abkühlen lassen, dann in einen Mixer geben. Mixen und in eine Spritzflasche abfüllen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.