

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 23. September 2026**
Vegetarische Küche mit Nelson Müller



Dieu Huong Nguyen

Cremige Curry-Udon-Suppe mit Gemüse, knusprigem Tofu und gerösteten Erdnüssen

Zutaten für zwei Personen

Für die Curry-Brühe:

1 Limette, Saft
 400 ml Kokosmilch
 300 ml Gemüsefond
 1-2 EL rote Currypaste
 1 TL Sojasauce
 Neutrales Pflanzenöl, zum Anbraten
 1 TL brauner Zucker

Etwas Öl in einem Topf erhitzen und die Currypaste darin 1-2 Minuten anschwitzen. Mit Kokosmilch ablöschen und den Gemüsefond angießen. Limettensaft auspressen. Sojasauce, Zucker und 1 Teelöffel Limettensaft einrühren. Die Brühe bei mittlerer Hitze leicht köcheln lassen.

Für den knusprigen Tofu:

250 g Naturtofu
 1 Ei
 1 TL Sojasauce
 Neutrales Pflanzenöl, zum Ausbacken
 80 g Panko
 2 EL Mehl
 ½ TL Knoblauchpulver
 ½ TL edelsüßes Paprikapulver
 Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Tofu in gleichmäßige Würfel schneiden. Mit Sojasauce, Knoblauchpulver, Paprikapulver und weißem Pfeffer würzen.

Eine Panierstraße aus Mehl, verquirltem Ei und Panko vorbereiten. Tofuwürfel nacheinander panieren und in reichlich heißem Öl goldbraun ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Gemüseeinlage:

1 kleiner Pak Choi
 1 rote Paprikaschote
 100 g Enoki-Pilze

Pak Choi längs halbieren. Paprika waschen, entkernen und in feine Streifen schneiden. Enoki-Pilze am Wurzelansatz abschneiden. Paprika in die Curry-Kokos-Brühe geben. Nach etwa 3 Minuten Pak Choi hinzufügen. Enoki-Pilze in den letzten 2 Minuten mitgaren. Das Gemüse sollte bissfest bleiben.

Für die Udon-Nudeln:

100g Mehl, Type 405
 1 Prise Salz

Mehl mit Salz und 50 ml Wasser in einer Küchenmaschine zu einem geschmeidigen Teig kneten. Ruhen lassen. Anschließend den Teig mehrfach durch eine Nudelmaschine auf breiter Stufe geben. Dann in Udon-Nudeln schneiden und sofern Zeit ist rund rollen. In Salzwasser al dente kochen.

Für die Garnitur:

1 Limette, ganze Frucht
 2 EL Erdnüsse
 ½ Bund Koriander

Erdnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten. Koriander abrausen und die Blätter abpflücken. Limette in Spalten schneiden. Alles als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.