

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 18. März 2026** ▪
Vegetarische Küche mit Nelson Müller



Tilo Rother

Kartoffel-Rösti mit Pilzrahmsauce und Kaiserschoten

Zutaten für zwei Personen

Für das Rösti:

4 mittelgroße festkochende Kartoffeln
 ½ Zitrone, Abrieb
 3 EL Butterschmalz
 Muskatnuss, zum Reiben
 1 TL Salz
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln schälen und grob raspeln. Kartoffelraspeln gut mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und Zitronenabrieb würzen. Kartoffelraspeln in ein Küchentuch geben, den Kartoffelsaft ausdrücken und den Kartoffelsaft in einer Schale auffangen. Kartoffelraspeln ca. 2 Minuten stehen lassen. Dann aus dem Küchentuch in eine Schüssel geben. Kartoffelsaft vorsichtig abgießen. Eine Pfanne auf mittlerer Hitze erwärmen, Butterschmalz dazugeben und Kartoffelraspeln locker kreisförmig in der Pfanne verteilen, überstehende Kartoffelraspeln am Rand etwas andrücken. Sobald der Rand goldbraun ist, den Rösti wenden und nochmal eine Flocke Butterschmalz dazu geben. Von beiden Seiten goldbraun braten.

Für die Sauce und die Kaiserschoten:

200 g braune Champignons
 100 g Austernpilze
 100 g Kaiserschoten
 1 große saure Gurke, mit Gurkenwasser
 1 Schalotte
 100 ml Sahne
 100 g Crème fraîche
 Butterschmalz, zum Anbraten
 100 ml Gemüsefond
 1 TL Tomatenmark
 Marsala, zum Ablöschen
 ½ Bund glatte Petersilie
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Champignons und Austernpilze putzen und in gleich große Stücke schneiden. Eine Pfanne mit Butterschmalz erhitzen. Pilze dazugeben und anbraten. Wenn die Pilze eine gute Röstung bekommen haben, zur Seite stellen.

Schalotte abziehen, halbieren und in halbe Ringe schneiden. Ebenfalls in Butterschmalz anschwitzen. Tomatenmark dazugeben und anschwitzen. Mit Marsala ablöschen. Mit Gemüsefond und Gurkenwasser aufgießen. Saure Gurke kleinwürfeln. Kaiserschoten und saure Gurkenwürfel zur Flüssigkeit dazugeben. Kaiserschoten aus der Flüssigkeit nehmen und zur Seite stellen. Sahne und Crème fraîche dazugeben und kurz aufkochen lassen. Zum Schluss die Pilze hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Nico Fedorovski

Tempura-Austernpilze "Szechuan-Style" auf lauwarmem Spitzkohl, süßsaurem Rettichsalat und Gochujang-Limetten-Mayonnaise

Zutaten für zwei Personen

Für die Austernpilze:

200 g Austernpilze
 1-2 Frühlingszwiebeln
 210 ml eiskaltes Mineralwasser mit
 Kohlensäure
 Neutrales Öl, zum Frittieren
 1 EL schwarzer Sesam
 1 EL heller Sesam
 80 g Mehl
 1 TL Backpulver
 Gemahlener Szechuanpfeffer, zum
 Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen. Fritteuse auf 180 Grad vorheizen.

Für den Tempurateig Mehl, Backpulver und Mineralwasser zu einem glatten Teig verrühren. Beiseitestellen.

Austernpilze putzen und je nach Größe in mundgerechte Stücke schneiden.

Frühlingszwiebeln putzen, in feine, längliche Streifen schneiden und in eiskaltes Wasser geben.

Pilze durch den Tempura-Teig ziehen und in Sesam wenden.

Anschließend 4-6 Minuten in heißem Fett goldbraun ausbacken. Pilze ein zweites Mal für 30 Sekunden frittieren. Auf einem Küchenpapier abtropfen lassen. Mit Salz, Szechuanpfeffer und weißem Pfeffer würzen.

Frühlingszwiebeln aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen und mit den Tempura-Pilzen anrichten.

Für den Spitzkohl:

1 Spitzkohl
 2 Karotten
 1 Jalapeño
 1 mittelgroße Zwiebel
 200 ml Gemüsefond
 4 EL helle Sojasauce
 1 EL dunkle Sojasauce
 Neutrales Öl, zum Anbraten
 ½ TL gemahlene Koriandersaat
 ½ TL mildes Gochugaro
 2 EL brauner Zucker
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Spitzkohl in Julienne schneiden. Karotte schneiden, Zwiebel abziehen und beides fein würfeln. Jalapeño ebenfalls fein würfeln. Zwiebel in einem Wok oder einer Pfanne in 3 EL Öl glasig dünsten, den Spitzkohl und Karotten dazugeben. Mit Gewürzen nach Geschmack würzen, mit etwas Gemüsefond ablöschen und mit Deckel köcheln lassen. Mit Sojasauce und Gochugaro abschmecken.

Für den Rettichsalat: Über eine Mandoline mit Julienneschneider den Rettich und den Apfel reiben. Apfel mit Limettensaft beträufeln und vermengen. Eine Schalotte abziehen und in sehr feine Ringe schneiden. Die andere Schalotte ebenfalls abziehen und in dünne Streifen schneiden. Koriander zupfen. Für das Dressing Gochugaru, Paprikamark, Limettensaft aus einer Limette, braunen Zucker, helle Sojasauce, Ponzusauce, Erdnussöl und Salz vermengen. Mit restlichen Zutaten vermengen und kaltstellen.

- 1 Rettich
- 2 Schalotten
- 1 grüner Apfel, z.B. Granny Smith
- 2 Limetten, Saft
- 4 EL helle Sojasauce
- 2 EL Ponzusauce
- 2 EL Erdnussöl
- 1 EL Paprikamark
- 1 EL ungesalzene Erdnüsse
- 1 Bund Koriander
- ½ TL Gochugaru
- 2 EL brauner Zucker
- Salz, aus der Mühle

Für die Mayonnaise: Ei, Senf, Essig, Öl, Salz und Pfeffer in einen hohen zylindrischen Behälter geben. Ein Pürierstab auf den Boden des Behälters geben. Die unteren Zutaten vermischen. Sobald eine sichtbare Emulsion entsteht, den Pürierstab langsam hochziehen und solange weiter mixen bis die Mayonnaise vollständig emulgiert ist. Limettensaft auspressen und Limettenschale abreiben. Mayonnaise mit Gochujang, sowie Limettensaft und -abrieb abschmecken. Ggf. mit Salz und Pfeffer nachwürzen.

- 1 Limette, Abrieb & Saft
- 1 Ei, Größe L
- 200 ml neutrales Öl
- 1 EL Apelessig
- 1 TL Dijonsenf
- 2 TL Gochujang
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Seda Tufan

Süßkartoffel-Kokos-Stampf mit Teriyaki-Sauce, Panko-Austernpilzen und Gurkensalat

Zutaten für zwei Personen

Für den Stampf:

300 g Süßkartoffeln
1 Knoblauchzehe
1 cm Ingwer
100 ml Kokosmilch
Salz, aus der Mühle

Die Süßkartoffeln schälen und grob würfeln. In Salzwasser kochen, bis sie weich sind. Wasser abgießen, Süßkartoffeln im Topf kurz ausdampfen lassen und anschließend durch eine Kartoffelpresse geben oder stampfen. Knoblauch pressen. Ingwer schälen und reiben. Kokosmilch, geriebenen Ingwer und gepresste Knoblauchzehe untermischen, bis ein cremiges Püree entsteht. Mit Salz abschmecken und warmhalten.

Für die Pilze:

300 g Austernpilze
150 ml Milch
Neutrales Öl, zum Anbraten
100 g Mehl
100 g Panko
Chilipulver, zum Würzen
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Öl in einem hohen Topf erhitzen oder eine Fritteuse auf 180 Grad erhitzen. Pilze putzen. Mehl mit Milch, Salz, Pfeffer und Chilipulver mithilfe eines Schneebesens zu einem glatten, dickflüssigen Backteig verrühren. Eine zweite Schüssel mit Panko füllen. Pilze zuerst durch den gewürzten Backteig ziehen, sodass sie rundherum bedeckt sind. Überschüssigen Teig abtropfen lassen. Im Panko wenden und Brösel sanft andrücken. Pilze im heißen Öl goldbraun ausbacken. Pilze auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für den Gurken-Salat:

5 Minigurken
0,5 cm Ingwer
1 Limette, Saft
1 EL Sesamöl
2 EL Reisessig
1 EL Mirin
1 EL Agavendicksaft
1 EL Sesam
Salz, aus der Mühle

Gurken in Scheiben hobeln und anschließend in Streifen schneiden. Ingwer schälen und reiben. Limettensaft auspressen. Für das Dressing Sesamöl, Reisessig, Mirin, Agavendicksaft, Limettensaft, geriebenen Ingwer und eine Prise Salz vermengen.

Dressing mit den Gurkenscheiben vermengen und den Salat kurz durchziehen lassen.

Für die Teriyaki-Reduktion:

1 Knoblauchzehe
1 cm Ingwer
1 Orange, Saft
1 EL Sesamöl
1 EL Sojasauce
1 TL Reisessig
1 EL Agavendicksaft

Orangensaft auspressen. Ingwer schälen und reiben. Knoblauch abziehen und reiben. Orangensaft zusammen mit Agavendicksaft, Sesamöl, Sojasauce, Reisessig sowie geriebenem Ingwer und Knoblauch in einen kleinen Topf geben. Die Sauce bei mittlerer Hitze sanft köcheln lassen und reduzieren. Die Sauce passieren und warmhalten.

Für das Crispy-Chili-Öl: Knoblauch und Schalotten abziehen und hacken. Chiliflocken, gehackten Knoblauch, Schalotten und Sesam in eine hitzebeständige Schale geben. Öl in einem Topf sehr heiß erhitzen und vorsichtig über den Gewürzmix gießen. Abkühlen lassen.

- 2 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 200 ml neutrales Öl
- 2 EL Chiliflocken

Für die Garnitur: Das Grün der Frühlingszwiebel der Länge nach in feine Streifen schneiden. In eine Schale mit Eiswasser legen. Ruhen lassen.

Die Fäden der Zuckerschoten entfernen und in feine Julienne schneiden. Streifen kurz in kochendem Salzwasser ca. 30 bis 60 Sekunden blanchieren. In Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Eric Püttmann

Marinierter Tofu mit Möhren-Tomaten-Oliven-Salat, Chiasamen-"Kaviar" und veganer "Mayonnaise"

Zutaten für zwei Personen

Für den marinierten Tofu:

1 Seidentofu
150 ml Himbeeressig
250 ml Haselnussöl
210 g Zucker
38 g Salz

In einem Topf Zucker, Salz und Himbeeressig geben. Leicht erwärmen und den Zucker und das Salz unter ständigem Rühren lösen. Topf vom Herd nehmen und Haselnussöl unterrühren. Seidentofu mit der Marinade marinieren.

Für den Salat:

1 große Möhre
150 g getrocknete Tomaten, in Öl
100 g entkernte grüne Oliven
1 Schalotte
3 EL Olivenöl
2 EL Sojasauce
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle

Möhren schälen und zusammen mit den getrockneten Tomaten und Oliven in feine Streifen schneiden. Schalotte abziehen und ganz fein würfeln. Aus Olivenöl, Sojasauce, Zucker und Salz eine Vinaigrette herstellen und unter den Salat heben.

Für die Mayonnaise:

400 g Kichererbsen, aus der Dose
1 Zitrone, Saft
300 ml Sonnenblumenöl
1 TL Weißweinessig
1 TL Dijonsenf
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kichererbsenflüssigkeit, Weißweinessig, Zitronensaft und Senf in einen Messbecher geben. Kichererbsen anderweitig verarbeiten. Mit einem Pürierstab 1 Minute glatt mixen. Sonnenblumenöl in einem dünnen Strahl hinzugeben, währenddessen weitermixen und Pürierstab langsam hochziehen. Nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Chiasamen-Kaviar:

5 Nori-Blätter
3 EL Sojasauce
2 EL Leinöl
75 g Chiasamen
Salz, aus der Mühle

Noriblätter klein schneiden. Geschnittene Noriblätter, 170 ml Wasser, Salz und Sojasauce in eine Schüssel geben, Noriblätter einweichen lassen und danach pürieren. Chiasamen und Leinöl hinzugeben und vermischen. Chiasamen quellen lassen. Gegebenenfalls mehr Wasser hinzuschütten.

Für die Garnitur:

1 Tomate
2 Frühlingszwiebeln
1 Chilischote
1 Fingerlimette
20 g Granatapfelkerne
2 EL Cashewkerne
½ Bund Koriander

Tomaten in Brunoise schneiden, Frühlingszwiebeln putzen. Frühlingszwiebeln sowie die Chilischote in feine Streifen schneiden. Koriander feinhacken. Cashewkerne anrösten und kleinhacken. Fingerlimette längs aufschneiden und den „Limettenkaviar“ mit einem Löffel herauskratzen. Alle Zutaten als Garnitur über den marinierten Tofu geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.