

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 28. Januar 2026**
Vegetarische Küche mit Viktoria Fuchs



Magdalena Knoll

Sellerie-"Schnitzel" mit Preiselbeeren und Petersilienkartoffeln

Zutaten für zwei Personen

Für die Preiselbeeren:
 200 g TK-Preiselbeeren
 ½ Zitrone, Saft & Abrieb
 80 g Gelierzucker, 3:1

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Topf aufstellen und alle Zutaten zusammengeben. Alles zusammen 3-5 Minuten köcheln lassen. Mit Zitronensaft und -abrieb abschmecken und in einer Schüssel im Froster herunterkühlen.

Für das Sellerieschnitzel:
 1 Knollensellerie
 3 Eier
 Mehl, zum Panieren
 Paniermehl, zum Panieren
 Sonnenblumenöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Sellerie schälen und in vier 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.

Selleriescheiben in Salzwasser für ca. 1,5 Minuten blanchieren und anschließend eiskalt abschrecken. Mehl mit Salz und Pfeffer würzen.

Panierstraße aus Mehl, verquirltem Ei und Paniermehl bereitstellen.

Reichlich Öl in einer Pfanne erhitzen. Sellerie abtupfen und zunächst in Mehl, anschließend in Ei und abschließend in Paniermehl wenden. Im heißen Öl goldgelb ausbacken. Auf einem Küchentrepp abtropfen lassen und bis zum Servieren im Ofen warmhalten.

Für die Petersilienkartoffeln:
 300 g Drillinge
 100 g Butter
 1 Bund glatte Petersilie
 Salz, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, tournieren und in kaltes Salzwasser geben. Hitze anstellen und Kartoffeln garkochen. Nach 10 Minuten den Garpunkt der Kartoffeln testen. Kartoffeln anschließend abgießen und etwas von dem Kochwasser auffangen. Kartoffeln und Butter in den Topf geben, Deckel drauf und Beiseite stellen.

Petersilie fein schneiden. Etwas Kochwasser zu den Kartoffeln geben und mit verschlossenem Deckel schwenken. Kalte Butter hinzugeben und nochmals schwenken. Petersilie hinzugeben und servieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Georg Hermann

Pochiertes Ei mit Kartoffelschaum, gepickeltem Gemüse und Balsamico-Perlen

Zutaten für zwei Personen

Für das pochierte Ei:

2 Eier
1 TL Tafelessig
Salz, aus der Mühle

Wasser in einem Topf leicht zum Simmern bringen, Essig hinzufügen. Eier einzeln in einer Tasse aufschlagen und vorsichtig in das Wasser gleiten lassen. 3–4 Minuten pochieren, bis das Eiweiß gestockt, das Eigelb aber noch weich ist. Mit einem Schaumlöffel herausheben und kurz abtropfen lassen.

Für: den Kartoffelschaum

200 g mehligkochende Kartoffeln
1 Knoblauchzehe
100 g Butter
50 ml Sahne
1 Zweig Rosmarin
1 Lorbeerblatt
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen, würfeln und in leicht gesalzenem Wasser weichkochen. Abgießen und mit Butter fein pürieren. Anschließend durchsieben. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Sahne in einem Topf erwärmen. Rosmarin, angedrückte Knoblauchzehe und Lorbeer hinzugeben und damit aromatisieren. Durch ein Sieb passieren. Dann die Masse mit der Sahne in eine Espumaflasche geben und nach Zugabe der Gaskapsel gut aufschütteln. Bis zum Servieren warmstellen.

Für das gepickelte Gemüse:

½ Zucchini
½ Fenchelknolle
1 Knoblauchzehe
50 ml Weißweinessig
1 Bund Dill
1 TL Zucker
½ TL Salz

Dill grob zupfen. Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Zucchini und Fenchel in feine Streifen schneiden. Essig, 50 ml Wasser, Zucker und Salz in einem kleinen Topf erhitzen, bis sich Zucker und Salz aufgelöst haben. Gemüse, Dill und Knoblauch in ein hitzebeständiges Gefäß geben, die warme Essig-Mischung darüber gießen und mindestens 15 Minuten ziehen lassen, gerne länger für intensiveren Geschmack.

Für die Balsamico-Perlen:

100 ml dunkler Balsamicoessig
3 g Agar-Agar
100 ml neutrales Pflanzenöl

Öl kaltstellen. Balsamico erwärmen und Agar-Agar unterrühren. Kurz aufkochen und auf 45 Grad abkühlen lassen. In eine Spritzflasche einfüllen und in das kalte Öl tröpfeln. Die entstandenen Perlen durch ein Sieb geben und mit kaltem Wasser abspülen.

Die Eier in einen tiefen Teller geben, den Kartoffelschaum aufsprühen und mit dem gepickelten Gemüse garnieren.



Enes Yüce

Auberginen-Röllchen mit Tomatensugo und gerösteten Pekannüsse

Zutaten für zwei Personen

Für den Tomatensugo:

500 g Datteltomaten
 2 Schalotten
 1 Knoblauchzehe
 1 TL Tomatenmark
 1 TL flüssiger Honig
 2 EL dunkler Balsamicoessig
 2 EL Olivenöl
 1 Lorbeerblatt
 2 Zweige Oregano
 1 Prise Cayennepfeffer
 1 TL Zucker
 Salz, aus der Mühle
 Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Grillfunktion vorheizen.

Schalotten und Knoblauch abziehen, fein würfeln und in Olivenöl glasig anschwitzen. Tomatenmark hinzugeben und kurz dünsten lassen. Die Datteltomaten grob würfeln und Zucker, Lorbeer, Cayennepfeffer, Salz, Pfeffer und Balsamico zugeben. 10–15 Minuten kräftig einkochen lassen. Lorbeer entfernen und zu einem glatten Sugo mixen.

Für die Auberginen-Röllchen:

2 kleine Auberginen
 2 kleine Knoblauchzehen
 ½ Zitrone, Abrieb
 120 g Ricotta
 120 g italienischer Hartkäse, mit
 mikrobiellem Lab
 Olivenöl, zum Braten
 1 Zweig Oregano
 2 Zweige Basilikum
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und fein reiben. Auberginen der Länge nach in dünne Scheiben schneiden, salzen und in Olivenöl in der Grillpfanne goldbraun braten.

Ricotta, Hartkäse, Knoblauch, fein geschnittenes Basilikum, Oregano und Zitronenabrieb vermengen und mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Auberginenscheiben mit der Ricottamasse bestreichen, aufrollen und in eine feuerfeste Form setzen. Mit etwas Sugo umgießen und kurz unter dem Grill goldbraun gratinieren.

Für die gerösteten Pecannüsse:

10 Pecannüsse

Pecannüsse grob hacken und ohne Öl anrösten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Nadine Gerhardy

Wilder Brokkoli mit Muhammara, gerösteten Walnüssen und Quetschkartoffeln

Zutaten für zwei Personen

Für den wilden Brokkoli:

250 g wilder Brokkoli
2 EL Rapsöl
Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 220 Grad Umluft vorheizen.

Brokkoli putzen. Öl in der Pfanne erhitzen und den Brokkoli portionsweise vorsichtig hineinlegen und salzen. Unter mehrmaligem Wenden anbraten und bissfest garen.

Für das Muhammara:

500 g rote Paprika
70 g rote Zwiebel
2 Knoblauchzehen
½ Zitrone, Saft
5 g Tahini
5 g Tomatenmark
4 EL Olivenöl + Olivenöl, zum Braten
40 g Walnusskerne
5 g Harissa-Pulver
¼ TL geräuchertes Paprikapulver
¼ TL gemahlener Kreuzkümmel
5 g brauner Zucker
Salz, aus der Mühle

Paprika halbieren, entkernen und schälen. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und in 2 cm große Stücke schneiden.

Paprika auf ein Blech legen und mit Olivenöl beträufeln, leicht salzen. Im Ofen 10-15 Minuten garen. Danach herausnehmen und in einer Schüssel abgedeckt 5 Minuten auskühlen lassen.

Zwiebeln und Knoblauch in einer Pfanne mit etwas Olivenöl langsam 5 Minuten bräunen. Hitze reduzieren und weitere 5 Minuten garen.

Anschließend alle weiteren Zutaten für das Muhammara in einen Mixer grobkörnig pürieren. Mit Salz und Zitronensaft abschmecken.

Für die Quetschkartoffeln:

400 g Drillinge mit sauberer Schale
1 TL Butter
4 EL neutrales Pflanzenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln in einem Topf mit Salzwasser mind. 20 – 30 Minuten kochen.

Anschließend abgießen und kurz ausdampfen lassen. Pfanne mit etwas Öl erhitzen und die Kartoffeln darin anbraten, dabei mit dem Pfannenwender die Kartoffeln flach drücken. Butter dazugeben und die Kartoffeln goldgelb von beiden Seiten anbraten.

Für die gerösteten Walnüsse:

50 g Walnüsse

Walnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten und anschließend klein hacken. Alternativ im Backofen bei 150 Grad Umluft ca. 10 Minuten rösten.

Für die Garnitur:

1 Zweig glatte Petersilie
1 Zweig Estragon

Kräuter fein schneiden. Den Brokkoli mittig anrichten, darauf die Walnüsse verteilen. Muhammara und die Kartoffeln daneben platzieren und mit Kräutern bestreut servieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.