

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



Gudrun Deisenroth

Basilikum-Laugenknödel mit cremiger Paprikasauce und gerösteten Pekannüssen

Zutaten für zwei Personen

Für die Basilikum-Laugenknödel:

200 g Laugenbrötchen vom Vortag
 30 g getrocknete Tomaten
 1 Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 2 Eier, Größe M
 60 g Bergkäse, aus mikrobiellem Lab
 2 EL Butter
 125 ml Milch
 2 EL Paniermehl
 1 Bund Basilikum
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Laugenbrötchen vom Vortag in etwa 1 cm große Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Butter in einem Topf erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin glasig dünsten. Milch zugießen und einmal aufkochen lassen. Die heiße Milchmischung über die Laugenwürfel gießen, alles vorsichtig vermengen und abgedeckt etwa 10 Minuten ziehen lassen.

Die getrockneten Tomaten in heißem Wasser einlegen und fein würfeln. Basilikumblätter abzupfen, fein schneiden und etwas Basilikum zum Garnieren beiseitelegen. Käse reiben. Käse, getrocknete Tomaten, Basilikum, Eier, Muskatnuss und etwas Pfeffer zur Laugenmasse geben und alles locker miteinander vermengen. Die Masse etwa 15 Minuten ruhen lassen. Anschließend prüfen, ob die Masse ausreichend bindet. Falls sie zu feucht ist, etwas Paniermehl unterarbeiten. Aus der Masse vier bis sechs gleich große Knödel formen. Vorab einen Probeknödel in leicht siedendem Salzwasser garen, um die Bindung zu überprüfen und die Masse gegebenenfalls nachzuwürzen. Reichlich Salzwasser in einem großen Topf zum Sieden bringen. Knödel hineingeben und bei leicht siedendem Wasser etwa 15 Minuten gar ziehen lassen. Die Knödel mit einer Schaumkelle herausheben und gut abtropfen lassen.

Für die cremige Paprikasauce:

200 g rote Spitzpaprika
 1 Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 60 g Doppelrahm-Frischkäse
 150 ml Gemüsesfond
 1 EL Tomatenmark
 1 EL Olivenöl
 2 Zweige Thymian
 2 Zweige glatte Petersilie
 1 TL geräuchertes Paprikapulver
 1 TL Harissa
 1 Prise Zucker
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Paprika putzen, entkernen und in grobe Stücke schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Thymian und Petersilie abbrausen und trockenwedeln. Olivenöl in einem Topf erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin glasig dünsten. Paprikastücke hinzufügen und etwa 2 Minuten mitdünsten. Tomatenmark einrühren und kurz mitrösten. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Thymian hinzufügen und mit dem Gemüsesfond ablöschen. Die Sauce zugedeckt bei mittlerer Hitze etwa 20 Minuten köcheln lassen, bis die Paprika weich ist. Thymianzweige entfernen und die Paprika samt Sud fein pürieren. Den Frischkäse unterrühren und die Sauce mit Paprikapulver, Harissa, Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilie fein hacken und unter die Sauce rühren oder zum Garnieren verwenden.

Für die gerösteten Pekannüsse:

50 g Pekannüsse
 1 EL neutrales Öl

Pekannüsse grob hacken. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Pekannüsse darin unter Wenden goldbraun rösten. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Uwe Töllner

Glasierte Kohlrabi-Spaghetti mit Safran-Tomaten, Montello-Chip und gerösteten Pinienkernen

Zutaten für zwei Personen

Für die Kohlrabi-Spaghetti:

1 Kohlrabi
Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 165 °C Umluft vorheizen.

Kohlrabi schälen und mit einem Spiralschneider in lange, dünne „Spaghetti“ schneiden. Die Kohlrabi-Spaghetti in reichlich kochendem Salzwasser kurz blanchieren. Anschließend in Eiswasser abschrecken und in einem Sieb gut abtropfen lassen.

Für die Safran-Tomaten:

150 g Kirschtomaten
100 g passierte Tomaten
1 Knoblauchzehe
1 EL Butter
1 EL flüssiger Honig
100 ml trockener Weißwein
2 EL heller Balsamicoessig
1 Lorbeerblatt
1 Prise Safranpulver
1 Prise Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kirschtomaten halbieren, Knoblauch abziehen und fein hacken. Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen und Kirschtomaten und Knoblauch darin kurz anrösten. Safran und Lorbeerblatt zugeben und mit Weißwein und Balsamicoessig ablöschen. Passierte Tomaten und Honig zugeben und die Sauce bei mittlerer Hitze sämig einkochen lassen. Lorbeerblatt entfernen und die Safran-Tomaten mit Salz, Pfeffer und bei Bedarf etwas Zucker abschmecken.

Zur Fertigstellung:

80 g Butter
1 Prise Meersalzflöcken
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in einer Sauteuse aufschäumen. Kohlrabi-Spaghetti darin kurz und vorsichtig schwenken, bis sie erwärmt und mit der Butter überzogen sind. Mit Meersalzflöcken und Pfeffer abschmecken.

Für die Montello-Chips:

50 g Montello

Montello fein reiben und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech in etwa 6–8 cm große, runde Häufchen verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 165 °C backen, bis der Käse geschmolzen und goldbraun ist. Herausnehmen und vollständig auskühlen lassen, bis die Chips fest und knusprig sind.

Für die Garnitur:

2 EL Pinienkerne

Pinienkerne in der Pfanne rösten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



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.



Wladimir Schlegel

Ricotta-Trüffel-Ravioli in Trüffel-Buttersauce

Zutaten für zwei Personen

Für den Nudelteig:

3 Eier, Größe M
1 TL Olivenöl
200 g Pasta-Mehl, Type 00
1 Prise Salz

Ein Ei trennen und das Eigelb auffangen. Pasta-Mehl, zwei Volleier, ein Eigelb, Olivenöl und Salz in die Schüssel einer Küchenmaschine geben. Mit dem Knethaken etwa 8-10 Minuten zu einem geschmeidigen, nicht klebenden Teig verkneten. Falls der Teig zu trocken ist, tröpfchenweise etwas Wasser zugeben. Ist er zu klebrig, etwas Mehl ergänzen. Teig zu einer Kugel formen, straff in Frischhaltefolie wickeln und bei Raumtemperatur etwa 30 Minuten ruhen lassen.

Für die Ricotta-Trüffel-Füllung:

5 g schwarzer Herbsttrüffel
½ Zitrone, Abrieb
1 Ei, Größe M
150 g Ricotta
20 g Hartkäse, aus mikrobiellem Lab
1 EL Trüffelbutter
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Trüffel vorsichtig mit einer weichen Bürste von Erdresten befreien, trocken säubern und fein reiben. Etwas Trüffel in Scheiben hobeln und für die Garnitur beiseitelegen. Hartkäse reiben. Ei trennen und Eigelb auffangen. Ricotta gut abtropfen lassen und mit dem Hartkäse, geriebenem Trüffel, Trüffelbutter und Eigelb in einer Schüssel glattrühren. Zitronenschale fein abreiben und unter die Ricottamasse rühren. Mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Die Füllung in einen Spritzbeutel geben.

Zur Fertigstellung:

Semola, zum Verarbeiten
Salz, aus der Mühle

Teig nach der Ruhezeit vierteln und die einzelnen Portionen nacheinander mithilfe der Pastamaschine ausrollen. Zunächst auf der breitesten Stufe mehrfach durch die Walze lassen und dabei gegebenenfalls einmal falten. Anschließend die Teigbahnen stufenweise bis zur gewünschten, sehr dünnen Stärke ausrollen. Eine Teigbahn auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche auslegen und in regelmäßigen Abständen von etwa 4-5 cm walnussgroße Portionen der Füllung aufspritzen. Die Teigfläche rund um die Füllung leicht mit Wasser bepinseln. Eine zweite Teigbahn darüberlegen und die Luft vorsichtig von innen nach außen herausdrücken. Die Teigbahnen rund um die Füllung gut andrücken und die Ravioli mit einem Teigrad oder Ausstecher ausstechen. Auf ein bemehltes Brett legen und bis zum Kochen leicht antrocknen lassen.

Einen großen Topf mit reichlich gesalzenem Wasser zum Kochen bringen. Ravioli vorsichtig hineingeben und bei mittlerer Hitze etwa 3–4 Minuten sanft garen, bis sie bissfest sind und an der Oberfläche schwimmen.

Für die Trüffel-Buttersauce:

5 g schwarzer Herbsttrüffel
20 g Hartkäse, aus mikrobiellem Lab
70 g Butter
1 Schuss trockener Weißwein
50 ml Kochwasser der Ravioli
1 Tropfen Trüffelöl
Salz, aus der Mühle

Butter in einer breiten Pfanne bei niedriger bis mittlerer Hitze langsam schmelzen lassen. Weißwein in die Pfanne geben und reduzieren lassen. Den frischen Trüffel fein in die Butter reiben und kurz ziehen lassen. Kurz bevor die Ravioli gar sind, etwa 50 ml vom stärkehaltigen Kochwasser zur Trüffelbutter geben. Pfanne schwenken, bis sich Butter und Kochwasser zu einer cremigen Emulsion verbinden. Die gegarten Ravioli mit einer Schaumkelle direkt aus dem Kochwasser in die Pfanne heben und vorsichtig in der Trüffelbutter schwenken. Nach Bedarf etwas weiteres Kochwasser hinzufügen und mit einem Tropfen Trüffelöl verfeinern..

Für die Garnitur:

Trüffelscheiben, von oben
1 TL Trüffelhonig
2 Zweige Kerbel

Gericht mit Trüffelhonig, Trüffelscheiben und Kerbel garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.