

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 13. August 2025** ▪  
**Vegetarische Küche mit Cornelia Poletto**



**David Kruselburger**

**Fregola sarda mit Zucchini-Schafskäse-Röllchen und Tomatenragout**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Fregola sarda:**

250 g Fregola sarda  
 1 Zwiebel  
 2-3 Knoblauchzehen  
 150 g Hartkäse, aus mikrobiellem Lab  
 150 g Butter  
 250 ml Weißwein  
 1 L Gemüsefond  
 Olivenöl, zum Anbraten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel und Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden. 2 EL Butter und einen Schuss Olivenöl in einem Topf erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin anbraten. Fregola zugeben und unter Rühren ebenfalls glasig dünsten. Mit Weißwein ablöschen und unter Rühren vollständig einkochen lassen. Nach und nach jeweils so viel Gemüsefond angießen, dass die Fregola immer gerade mit Flüssigkeit bedeckt ist. Mit Salz und Pfeffer würzen. Alles unter gelegentlichem Rühren ca. 15 Minuten garen. Restliche Butter und ca. 50 g Parmesan vorsichtig unter die Fregola sarda heben.

**Für die Zucchini-Schafskäse-Röllchen:**

2 mittelgroße, gerade Zucchini  
 200 g Schafskäse, aus mikrobiellem Lab  
 150 g Frischkäse  
 50 g Hartkäse, aus mikrobiellem Lab  
 1 EL Honig  
 Olivenöl, zum Anbraten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zucchini waschen, trockenreiben und der Länge nach in ca. 5 mm feine Scheiben hobeln. Zucchinistreifen mit etwas Salz bestreuen und kurz einziehen lassen.

Schafskäse in einer Schüssel fein zerbröseln. Mit dem Frischkäse, Honig, Salz und Pfeffer cremig rühren.

Sobald die Zucchinischeiben weich geworden sind, mit Küchenpapier trocken tupfen und in einer Grillpfanne kurz scharf anbraten. Aus der Pfanne nehmen und kurz abkühlen lassen.

**Für das Tomatenragout:**

400 g gehackte Tomaten, aus der Dose  
 1 Zwiebel  
 2 Knoblauchzehen  
 1 EL Tomatenmark  
 Olivenöl, zum Anbraten  
 3 Zweige Thymian  
 1 TL getrockneter Oregano  
 1 TL Zucker  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch abziehen, hacken und andünsten. Tomatenmark unterrühren und kurz anrösten. Gehackte Tomaten, Oregano und Thymian unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker würzen und köcheln lassen.

**Für Fertigstellung:** Jeweils 1 EL der Füllung auf die Zucchinistreifen geben und einrollen. In eine kleine Form geben und mit einem Teil des Tomatenragouts übergießen. Anschließend mit Käse im Ofen gratinieren.

**Für die Garnitur:** Käse reiben. Gericht mit Käse, Basilikum, Thymian und Petersilie garnieren.

50 g Hartkäse, aus mikrobiellem Lab  
1 Zweig Basilikum  
1 Zweig Thymian  
1 Zweig Petersilie

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.