

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 14. Mai 2026**
Tagesmotto „Feta“ mit Zora Klipp



Matthias Grosche

Gnocchi mit Erbsen-Feta-Joghurt-Sauce, Ofen-Feta, Chili-Öl mit Pinienkernen und Blumenkohl-Feta-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für die Gnocchi:

500 g mehligkochende Kartoffeln
 1 Ei
 Olivenöl, zum Braten
 20 g Semola, Hartweizengrieß
 100-180 g Weizenmehl, Type 00
 Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Kartoffeln schälen, in Stücke schneiden und ca. 15 Minuten weichkochen. In eine Schüssel umfüllen, etwas ausdampfen und abkühlen lassen. Kartoffeln stampfen und mit Ei, Semola und Mehl vermengen. So viel Mehl zufügen, bis der Teig Widerstand hat. Eine Hand voll Teig zu einer langen Rolle von 2-3 cm Durchmesser auf einer mit Semola bemehlten Arbeitsplatte formen, dann in 1-2 cm dicke Stücke schneiden. Diese entweder direkt in kochendes Salzwasser geben oder vorher noch über eine Gabel rollen, um eine Rillenstruktur zu erhalten. Sobald die Gnocchi an der Wasseroberfläche schwimmen, aus dem Wasser heben. Vor dem Servieren kurz in einer Pfanne in Olivenöl bei mittlerer Hitze anbraten.

Für die Sauce und den Ofen-Feta:

450 g TK-Erbesen
 3 Knoblauchzehen
 250 g Feta
 500 g griechischer Joghurt, 10 % Fett
 140 ml Olivenöl
 40 g Basilikum
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Erbesen ca. 2 Minuten blanchieren, anschließend eiskalt abschrecken. 2 EL Joghurt beiseitestellen. 350 g Erbsen mit dem restlichen Joghurt, 90 ml Olivenöl, 100 g Feta, gepresstem Knoblauch und 20 g Basilikum mit einem Pürierstab mixen.

Den restlichen Feta in einer Schüssel großzügig mit dem restlichen Olivenöl einstreichen und im Backofen ca. 15 Minuten backen, bis der Käse an einigen Stellen braun wird. Diesen Feta und die restlichen Basilikumblätter zur Seite stellen.

Für das Chili-Öl:

40 g Pinienkerne
 2 TL Gochugaru-Chiliflocken
 50 ml Olivenöl

Pinienkerne mit Öl in einer Pfanne für etwa 4 Minuten auf mittlerer Hitze anbraten. Dann Chiliflocken dazugeben, bis das Öl eine rote Farbe erhält und die Pinienkerne gebräunt sind.

Für den Blumenkohl-Salat:

100 g Blumenkohl
 2 EL Granatapfelkerne
 ½ Zitrone, Saft & Abrieb
 50 g Feta
 3 EL Olivenöl
 15 g Walnüsse
 15 g frische Minze
 Salz, aus der Mühle

Blumenkohl in kleine Röschen von ca. 1 cm zerteilen. Walnüsse in einer Pfanne ohne Öl anrösten und zerhacken. Minzblätter abzupfen und fein schneiden. Zitronenschale abreiben. Feta zerkrümeln. Alles kurz vor dem Anrichten vermengen und mit Olivenöl und 2 EL Zitronensaft marinieren. Nach Geschmack salzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.