

▪ Die Küchenschlacht XXL – Rezepte der Herausforderer vom 15. April 2026 ▪  
**Runde 1 – „Signature Dish“**



Vorspeise von Greta Böske

**Korean Fried Cauliflower mit Daikon-Rettich,  
 Pinienkerncreme und Blumenkohlblättern „Geotjeori“**

Zutaten für zwei Personen

**Für die Blumenkohl-Marinade:**

- 1 Knoblauchzehe
- 1-2 EL Gochujang-Paste
- 2 EL Tomatenketchup
- 1 EL Yuzu-Tee-Paste
- 1 TL Erdbeermarmelade
- 2 EL braunen Reisessig
- 1 TL geröstetes Sesamöl
- 1-2 EL Ponzu-Sauce
- 1 EL Yuzu-Saft
- ½ TL Gochugaru-Flocken
- Salz, aus der Mühle

Das Pflanzenöl in Fritteuse auf 175° C erhitzen.

Knoblauch abziehen und fein reiben. In einer Pfanne Gochujang-Paste, Tomatenketchup, Yuzu-Tee, Erdbeermarmelade, Reisessig, geriebenen Knoblauch und Sesamöl unter ständigem Rühren langsam erwärmen, aber nicht aufkochen lassen. Mit 1-2 EL Ponzu-Sauce, einigen Tropfen Yuzu-Saft, einer Prise Salz und je nach gewünschtem Schärfegrad den Gochugaru-Flocken abschmecken und warmstellen.

**Für den Blumenkohl-Backteig:**

- 1 kleiner Blumenkohl
- 60 ml eiskaltes Sprudelwasser
- 20 ml Wodka
- 1 EL Ponzu-Sauce
- 1 L neutrales Pflanzenöl, zum Frittieren
- 2 EL Weizenmehl, Type 405
- ½ TL Backpulver
- 3 EL Kartoffelstärke + Kartoffelstärke,  
zum Bestäuben
- Salz, aus der Mühle
- Weißer Pfeffer, aus der Mühle
- 1-2 Eiswürfel

Strunk und Blätter des Blumenkohls entfernen. Blumenkohl waschen und zehn feine Röschen sorgfältig abtrennen.

Mehl, Kartoffelstärke, Backpulver, Sprudelwasser, Wodka und 1 EL Ponzu-Sauce zu einem Teig verarbeiten, der die Konsistenz von flüssiger Sahne hat. Eiswürfel zum Kühlen in den Teig geben. Mit Salz und weißem Pfeffer abschmecken und bei Bedarf mit Kartoffelstärke oder Wasser bis zur passenden Konsistenz nacharbeiten. Blumenkohlröschen in Kartoffelstärke wälzen, im Backteig schwenken und portionsweise für 2-3 Minuten bei 175° in der Fritteuse ausbacken. Herausnehmen und 1-2 Minuten auf einem Abtropfgitter ruhenlassen. Währenddessen die Fritteuse auf 190° C aufheizen und die Blumenkohlröschen nach der Ruhezeit für eine weitere Minute ausbacken. Nach dem Herausnehmen 30 Sekunden abtropfen lassen und dann in eine große Schale geben.

**Für die Fertigstellung des Korean  
 Fried Cauliflowers:**

Blumenkohl in der Schale mit der warmen Marinade bedecken und kurz durchschwenken. Dabei nur so viel Sauce aufbringen, dass die Blumenkohlröschen gerade bedeckt sind, um die knusprige Panade zu erhalten.

**Für den Daikon-Rettich:**

- 200 g Daikon-Rettich
- 1 Zitrone, Zeste
- 120 ml Birnensaft
- 50 ml Apfelessig
- 20 g Zucker
- 1 TL Salz

Rettich schälen, in hauchdünne Scheiben hobeln, Kreise mit einem Durchmesser von circa 4 cm ausstechen und halbieren. Für den Pickle-Sud eine große Zitronenzeste reißen und mit Birnensaft, Apfelessig, Zucker und Salz verrühren, bis sich die Salz- und Zuckerkrystalle gelöst haben. Rettich hinzufügen. 15 Minuten im Eisfach oder länger im Kühlschrank ziehen lassen.

**Für die Pinienkerncreme:**

100 g Pinienkernmus  
50 g Saure Sahne  
1 EL brauner Reisessig  
1 TL geröstetes Sesamöl  
1 TL Honig  
Salz, aus der Mühle

Pinienkernmus, saure Sahne und Reisessig cremig verrühren. Mit Sesamöl, Honig und Salz abschmecken. Bis zum Servieren kaltstellen.

**Für die Blumenkohlblätter:**

12 hellgrüne Blumenkohlblätter  
3 Frühlingszwiebeln  
1 Knoblauchzehe  
1 TL braunen Reisessig  
1 TL Yuzu-Saft  
1 TL Sojasauce  
1 TL geröstetes Sesamöl  
1 TL Gochugaru-Flocken  
1 TL weißer Sesam  
2 TL Zucker  
1 TL Salz  
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Hellgrüne, innenliegende Blumenkohlblätter in mundgerechte Stücke zerteilen; kleine Blätter ganz verarbeiten. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in 4 cm lange Stücke schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken. Sesam, Knoblauch, Reisessig, Yuzu-Saft, Sojasauce, Sesamöl, Zucker und Salz zu einem Dressing vermischen. Mit Gochugaru und weißem Pfeffer abschmecken. Blumenkohlblätter und Frühlingszwiebeln zugeben. Alles kräftig kneten, bis sich Salz- und Zuckerkristalle gelöst haben und die Blumenkohlblätter zusammengefallen sind. Bis zum Anrichten marinieren lassen, vor dem Servieren leicht ausdrücken.

**Für die Garnitur:**

1 Frühlingszwiebel  
1 TL schwarzer Sesam  
1 TL weißer Sesam

Frühlingszwiebel waschen, putzen und das Grün in feine Streifen schneiden.

Pinienkerncreme auf den Teller streichen. Korean Fried Cauliflower auf der Pinienkerncreme auftürmen und mit schwarzem und weißem Sesam und Frühlingszwiebel garnieren. Blumenkohlblätter „Geotjeori“ auf dem Teller drapieren. Daikon-Rettich mit Sud in einem eisgekühlten Schälchen dazu reichen.