

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 15. Juli 2026 ▪**
Vegetarische Küche mit Robin Pietsch



Fynn-Luca Brohmann

**Miso-Safran-Risotto mit glasierter Teriyaki-Aubergine,
Yuzu-Sunomono und Nori-Crunch**

Zutaten für zwei Personen

Für das Miso-Safran-Risotto:

150 g Carnaroli-Risottoreis
 1 Schalotte
 ½ Zitrone, Anrieb
 50 g kalte Butter
 800 ml Gemüsefond
 2 EL helle Misopaste
 1 Zweig glatte Petersilie
 1 Prise Safranpulver
 10 Safranfäden
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Safranfäden in 2 Esslöffel warmen Gemüsefond geben und 5-10 Minuten ziehen lassen, damit sie ihr Aroma und ihre Farbe entfalten. Restlichen Gemüsefond in einem Topf erhitzen. Schalotte abziehen, fein würfeln und in einem Topf mit etwas Olivenöl bei mittlerer Hitze glasig anschwitzen. Risottoreis hinzufügen und unter Rühren kurz mit anschwitzen, bis die Körner leicht glasig werden. Safranfäden aus dem Einweichfond nehmen und den Safransud zum Reis geben. Dann nach und nach heißen Gemüsefond zugießen und den Reis bei mittlerer Hitze unter regelmäßigem Rühren ca. 15–18 Minuten garen, bis er cremig ist, aber noch leichten Biss hat. Etwa zur Hälfte der Garzeit das Safranpulver einrühren, um Farbe und Tiefe zu intensivieren. Sobald der Reis gar ist, die Misopaste unterrühren und vollständig im Risotto auflösen. Die Hitze dabei nur noch niedrig halten, damit das Miso sein Aroma behält. Kurz vor dem Servieren die kalte Butter einarbeiten, bis das Risotto besonders cremig und glänzend wird. Zitronenabrieb und fein gehackte Petersilie unterheben und mit Salz sowie Pfeffer abschmecken.

Für die glasierte Teriyaki-Aubergine:

1 große Aubergine
 1 Knoblauchzehe
 3-4 cm Ingwer
 3 helle EL Sojasauce
 2 EL Mirin
 1 EL Reisessig
 Neutrales Öl, zum Braten
 2 EL Zucker
 Salz, aus der Mühle

Aubergine waschen, in etwa 1-1,5 cm dicke Scheiben schneiden und leicht salzen. Kurz 10 Minuten ziehen lassen und anschließend trocken tupfen. Etwas Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Auberginenscheiben bei mittlerer bis hoher Hitze von beiden Seiten goldbraun und weich anbraten. Knoblauch und Ingwer abziehen bzw. schälen, beides hacken und dazu geben. Sojasauce, Reisessig, Mirin und Zucker verrühren, bis sich der Zucker leicht aufgelöst hat. Sauce zur Aubergine in die Pfanne geben und unter gelegentlichem Schwenken einkochen lassen, bis sie leicht sirupartig wird und die Aubergine gleichmäßig glänzend und klebrig überzieht. Vom Herd nehmen, kurz ruhen lassen und direkt servieren.

Für das Yuzu-Gurken-Sunomono:

1 Salatgurke
4 Blätter Shiso
3 EL Reissessig
2 TL Yuzu-Saft
2 TL Sesamöl
2 TL Olivenöl
1 EL weißen Sesam
½ TL Zucker
1 TL Salz
Salz, aus der Mühle

Salatgurke sehr fein hobeln oder in hauchdünne Scheiben schneiden. Mit Salz vermengen und etwa 10 Minuten ziehen lassen, damit Wasser austritt. Gurken anschließend kräftig ausdrücken, sodass überschüssige Flüssigkeit entfernt wird und der Salat später schön knackig bleibt.

Sesam in einer trockenen Pfanne ohne Fett goldgelb rösten und beiseitestellen.

Reissessig, Yuzu-Saft, Sesamöl, Olivenöl, eine Prise Zucker und etwas Salz zu einem Dressing verrühren. Gurken nur kurz im Dressing wenden, sodass sie frisch und knackig bleiben und nicht weich werden.

Zum Schluss mit geröstetem Sesam bestreuen und sofort servieren.

Für den Nori-Crunch:

1 Nori-Blatt
1 TL Sesamöl
2 EL Panko
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Nori-Blatt fein zerbröseln und mit Panko und etwas Sesamöl in einer Pfanne goldbraun rösten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.