

**▪ Die Küchenschlacht – Menü am 18. Juni 2025 ▪**  
**ChampionsWeek ▪ "Teigtaschen aus aller Welt" von Zora Klipp**



**Lisa Burger**

**Nepalesische Momos in würziger Erdnuss-Tomaten-Sauce mit Kokos-Limetten-Schaum und Chili-Öl**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Momos:**

200 g Weizenmehl  
1 TL Salz

Das Mehl, Salz und 100 ml lauwarmes Wasser in eine Küchenmaschine geben und kneten bis ein glatter Teig entsteht.

In Frischhaltefolie wickeln und bis zur Weiterverarbeitung ruhen lassen.

**Für die Füllung:**

125 g Schweinehackfleisch  
50 g Weißkohl  
1 Frühlingszwiebel  
½ Schalotte  
1 Knoblauchzehne  
1 cm Ingwer  
1 TL Sesamöl  
2 Zweige Koriander  
½ TL Garam Masala  
¼ TL gemahlener Kurkuma  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Weißkohl fein raspeln. Frühlingszwiebel putzen und fein schneiden.

Zwiebel und Knoblauch abziehen. Zwiebel fein würfeln, Knoblauch durch eine Knoblauchpresse geben. Ingwer schälen und fein reiben. Koriander grob hacken.

Alle Zutaten gut miteinander vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die Fertigstellung:**

Den Teig dünn ausrollen und runde Kreise ausstechen. Jeweils 1-2 EL der Füllung auf ein Teigstück geben (je nach Größe). Die Ränder leicht mit Wasser bepinseln und die Momos falten. Danach in einem Topf mit Dämpfeinsatz für ca. 6 Minuten dämpfen.

**Für die Sauce:**

2 große Tomaten  
1 kleine weiße Zwiebel  
1 Knoblauchzehne  
1 cm Ingwer  
1 Zitrone, Saft  
200 ml Gemüsefond  
Sesamöl, zum Braten  
2 EL geröstete Erdnüsse  
2 EL weißer gerösteter Sesam  
4 Zweige Koriander  
1-2 TL Chiliflocken  
½ TL gemahlener Kreuzkümmel  
¼ TL gemahlener Kurkuma

Zwiebel und Knoblauch abziehen. Zwiebel und Tomaten kleinschneiden. Knoblauch fein hacken. Ingwer schälen und fein reiben.

In einem Topf etwas Sesamöl erhitzen. Zwiebel darin glasig anschwitzen. Knoblauch und Ingwer hinzufügen und kurz mit anbraten. Dann Chiliflocken, Kreuzkümmel und Kurkuma hinzufügen. Kurz darauf Tomaten und Fond hinzufügen. Alles so lange köcheln, bis die Tomaten weich sind.

Zitrone halbieren und 3 EL Saft auspressen.

Alles zusammen mit Zitronensaft, Erdnüssen, Sesam, sowie dem Koriander in einen Mixer geben und fein pürieren. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für den Schaum:**

1 Limette, Abrieb  
200 ml Kokosmilch  
1 TL Sojalecithin  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

**Für das Öl:**

1 Schalotte  
2 Knoblauchzehen  
200 ml Sonnenblumenöl  
2 TL Chiliflocken  
2 TL edelsüßes Paprikapulver  
1 Prise Zimt  
1 TL Zucker  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

**Für die Fertigstellung:**

1 Frühlingszwiebel  
1 Limette, Abrieb  
4 Zweige Koriander  
2 EL geröstete Erdnüsse  
1 EL schwarzer Sesam

Limette heiß abspülen und die Schale abreiben. Kokosmilch und Limettenabrieb zusammen erhitzen. Von der Hitze nehmen. Sojalecithin hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit einem Stabmixer aufschäumen.

Schalotte abziehen und fein würfeln. Knoblauch abziehen und hacken. Alle Zutaten in einen Topf geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und so lange erhitzen, bis der Knoblauch und die Schalotten leicht gebräunt sind.

Erdnüsse grob hacken.

Das Grün der Frühlingszwiebel in feine, dünne Streifen schneiden. Die Sauce in einen tiefen Teller geben und die Momos darin anrichten. Mit Kokosschaum, Chili-Öl, Frühlingszwiebeln, einigen Korianderblättern, Erdnüssen und Sesam garnieren und servieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.