

▪ **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 Knoblauchzehe
 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 Knoblauchzehe
 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: 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.
1 Limette, Abrieb
200 ml Kokosmilch
1 TL Sojalecithin
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Öl: 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.
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: Erdnüsse grob hacken.
1 Frühlingszwiebel
1 Limette, Abrieb
4 Zweige Koriander
2 EL geröstete Erdnüsse
1 EL schwarzer Sesam

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

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.