

**▪ Die Küchenschlacht – Menü am 09. Juli 2025 ▪  
Vegetarische Küche mit Alexander Kumptner**



Rita Böcker

**Panierter Tofu mit Blumenkohlpüree, gebratenem Kohlgemüse und Teriyaki-Kräuterseitling**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für den Tofu:**

2 Blöcke Räuchertofu  
150 ml Milch  
5 EL dunkle Sojasauce  
5 EL dunkle Teriyakisauce  
6 EL Mehl  
200 g Panko  
100 g Cashewkerne  
1 TL edelsüßes Paprikapulver  
1 TL geräuchertes Paprikapulver  
1 TL Zwiebelpulver  
½ TL Knoblauchpulver  
Neutrales Öl, zum Anbraten  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Tofu auspressen und jeden Block in 2-3 gleichmäßig dicke Scheiben schneiden. Sojasauce, Teriyakisause, geräuchertes Paprikapulver und Zwiebel- sowie Knoblauchpulver vermengen und den Tofu damit marinieren.

Milch und Mehl miteinander verrühren, sodass keine Klumpen mehr vorhanden sind. Cashewkerne klein hacken und in einer zweiten Schale mit Panko und edelsüßem Paprikapulver vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Nun die Tofuscheiben zunächst in die Milch-Mehl-Mischung geben und anschließend in dem Paniermehl wälzen.

Die panierten Tofustreifen in Öl knusprig und goldbraun in einer Pfanne ausbacken.

**Für das Blumenkohlpüree:**

300 g Blumenkohl  
1 mehligkochende Kartoffel  
20 g Butter  
150 ml Schlagsahne  
150 ml Milch  
4 Zweige krause Petersilie  
Muskatnuss, zum Reiben  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Blumenkohl waschen und Röschen abtrennen. Kartoffel schälen. Butter in einem Topf schmelzen und leicht bräunen lassen. Blumenkohl und die Kartoffel mit Milch und Sahne in einen großen Topf geben und etwa 25 Minuten köcheln lassen, bis der Blumenkohl gar ist. Blumenkohl herausnehmen und mit etwas Kochflüssigkeit im Standmixer fein pürieren. Nach Bedarf noch etwas mehr von der Flüssigkeit zugeben und mit der braunen Butter sowie Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Petersilie kleinhacken und unterrühren.

**Für das Kohlgemüse:**

½ kleinen Blumenkohl  
½ kleinen Romanesco  
1 EL Butter  
100 g Mandelblätter  
2 Zweige glatte Petersilie  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Blumenkohl- und Romanescoröschen getrennt in reichlich gesalzenem, kochendem Wasser bissfest blanchieren. Anschließend in gesalzenem Eiswasser abschrecken. Petersilie fein schneiden. Kohlröschen trockentupfen und mit den Mandeln in einer Pfanne mit schäumender Butter goldbraun braten. Mit Salz, Pfeffer und Petersilie abschmecken.

**Für die Kräuterseitlinge:** Pilze putzen, in Scheiben schneiden und vorsichtig einritzen.  
2 große Kräuterseitlinge  
Butter, zum Anbraten  
2 EL dunkle Teriyakisauce

**Für die Garnitur:** Das Gericht mit Radiesschensprossen und Petersilie garnieren.  
50 g Radiesschensprossen  
2 Zweige krause Petersilie

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.