

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



Rita Böcker

**Panierter Tofu mit Blumenkohlpuree, 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, Teriyakisauce, 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 Blumenkohlpuree:

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:

2 große Kräuterseitlinge
Butter, zum Anbraten
2 EL dunkle Teriyakisauc

Pilze putzen, in Scheiben schneiden und vorsichtig einritzen.

Anschließend mit Teriyakisauc bestreichen und mit Butter in einer Pfanne anbraten.

Für die Garnitur:

50 g Radiesschensprossen
2 Zweige krause Petersilie

Das Gericht mit Radiesschensprossen und Petersilie garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.