

**▪ Die Küchenschlacht – Menü am 03. September 2025 ▪
Vegetarische Küche mit Alexander Kumptner**



Andrea Albrecht

Pilzragout mit Bulgur, Tofu-Crunch und Balsamico-Tomaten aus dem Ofen

Zutaten für zwei Personen

Für das Bulgur-Pilzragout:

120 g Bulgur
300 g gemischte Pilze, z. B.
Champignons, Shiitake, Kräuterseitlinge
1 kleine weiße Zwiebel
1 Knoblauchzehne
100 ml Sojasahne
100 ml Gemüsefond
1 TL Dijonensf
1 EL Olivenöl
4 Zweige Thymian
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Bulgur in einen Topf geben, mit heißem Gemüsefond übergießen und 7-10 Minuten quellen lassen.

Pilze grob schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. In Olivenöl glasig dünsten, Pilze zugeben und kräftig anbraten. Thymian hinzufügen, dann Fond, Sojasahne und Senf einrühren. Auf mittlerer Hitze etwas einkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Für die Ofen-Balsamico-Tomaten:

200 g Kirschtomaten an der Rispe
2 EL dunkler Balsamicoessig
1 TL Ahornsirup
1 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Kirschtomaten in eine kleine Form geben, mit Öl, Balsamico und Ahornsirup beträufeln. Mit Salz würzen und bei circa 25 Minuten im Ofen schmoren.

Für den Tofu-Crunch:

100 g geräucherter Tofu
1 TL helle Sojasauce
½ TL Ahornsirup
Öl, zum Anbraten

Geräucherten Tofu fein würfeln oder zerbröseln. In etwas Öl knusprig braten. Mit Sojasauce und Ahornsirup ablöschen und leicht karamellisieren lassen.

Für die Garnitur:

1-2 Zweige Petersilie

Petersilie als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.