

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 06. November 2025 ▪**
„Drei Pflichtzutaten: Schwarzwurzel, Kaisergranat, Sojasauce“ mit Johann Lafer



Julia Lichtner

Ravioli mit Kaisergranat-Füllung, Schwarzwurzel-Creme, Soja-Reduktion und Schwarzwurzel-Chips

Zutaten für zwei Personen

Für die Ravioli:

4 Kaisergranate, mit Schale
 ½ Knoblauchzehe
 1 Zitrone, Abrieb
 2 Eier
 100 g Butter
 200 g Ricotta
 200 g Mehl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Eier und das Mehl verkneten. Teig in Frischhaltefolie wickeln und in den Kühlschrank legen.

Kaisergranate in der Schale 5-6 Minuten kochen. Das Fleisch auslösen und abkühlen lassen.

Butter bräunen. Knoblauch abziehen, pressen und zur Butter geben.

Anschließend das Kaisergranat-Fleisch mit Ricotta und der braunen Butter vermischen und mit Salz und Zitronenabrieb abschmecken.

Den Ravioliteig ausrollen, Füllung auf den Teig geben und Ravioli formen.

Die Ravioli 2-3 Minuten in Salzwasser kochen.

Für die Creme:

350 g Schwarzwurzeln
 70 ml Sahne
 50 ml Milch
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schwarzwurzeln schälen und in der Milch mit einer Prise Salz garen.

Abgießen und direkt danach die Schwarzwurzeln mit der Sahne in einem Standmixer pürieren und abschmecken. Die Creme durch ein feines Sieb geben und in ein Siphon geben. Vor dem Servieren gut schütteln.

Für die Reduktion:

½ Knoblauchzehe
 1 TL kalte Butter
 30 ml dunkler Balsamicoessig
 20 ml Sojasauce
 30 g Zucker

Knoblauchzehe abziehen und pressen. Alle Zutaten in einen Topf geben und einköcheln lassen.

Für die Schwarzwurzel-Chips:

50 g Schwarzwurzeln
 500 ml Sonnenblumenöl

Schwarzwurzeln schälen, dünn hobeln und in heißem Fett ausbacken.

Für die Garnitur:

1 Zitrone, Abrieb

Gericht mit Zitronenabrieb garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist **Kaisergranat** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (Stand Oktober 2025):

- 1. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Reusen (Fallen)