

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 12. Juni 2019** ▪
Vorspeise mit Alexander Kumptner



Jessica Golnik

Gemüsetaler mit Lachs und Kräutersalsa

Zutaten für zwei Personen

Für den Teig:

75 g Mehl
 ¼ Pck. Backpulver
 40 g Magerquark
 1,5 EL Neutrales Öl
 1,5 EL Milch (3,5%)
 1 TL Zucker
 1 EL gemischte, getrocknete Kräuter
 (Oregano, Thymian, Basilikum)
 Salz, aus der Mühle

Den Ofen auf 180 Grad Heißluft vorheizen.

Mehl, Backpulver, Magerquark, Öl, Milch, Zucker, getrocknete Kräuter und Salz zu einem Teig verarbeiten.

Teig dünn ausrollen. Mit einem Servierring Kreise ausstechen und im Ofen backen.

Für den Belag:

1 Lachsfilet à 200 g (ohne Haut)
 1 dünne grüne Zucchini
 1 dünne gelbe Zucchini
 1 dünne Aubergine
 1 EL Honig
 Olivenöl, zum Braten
 3 Zweige Thymian
 Chiliflocken, aus der Mühle
 Grobes Salz

Zucchini und Aubergine waschen, trockentupfen und in 0,5cm dicke Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit Olivenöl scharf anbraten.

Die Quark-Öl-Taler mit den angebratenen Zucchini und Auberginen belegen und ca. 20 Minuten im Ofen backen.

Mit Thymian, Salz und Chiliflocken würzen, ggf. mit Olivenöl und Honig beträufeln.

Lachs salzen und in einer Pfanne mit Öl von beiden Seiten vorsichtig anbraten.

Für die Kräutersalsa:

1 Schalotte
 1 Knoblauchzehe
 1 Bund Basilikum
 1 Bund glatte Petersilie
 100 ml Olivenöl
 1 Limette (Saft & Abrieb)
 Salz, aus der Mühle

Knoblauch und Schalotte abziehen und feinhacken.

Basilikum und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Limette abreiben, halbieren und auspressen.

Alles mit Olivenöl vermengen und abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.