

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 30. Juni 2021** ▪
Vegetarische Küche mit Cornelia Poletto



Manuel Prennig

**Thai-Mango-Salat mit Gemüse und Ziegenkäse im
Tempura-Mantel mit Dattel-Curry-Dip**

Zutaten für zwei Personen

Für den Tempurateig:

1 Ei
 100 g Mehl
 100 g Speisestärke
 1 Päckchen Backpulver
 1 Prise Kurkuma
 ½ TL Salz

Das Mehl mit Speisestärke und Backpulver vermischen.

Ei mit 120 Milliliter kaltem Wasser und Salz mit einem Schneebesen verquirlen und nach und nach die Mehlmischung unterschlagen. Kurkuma für die Farbe dazugeben.

Für das Tempura-Gemüse:

¼ Brokkoli
 ¼ Blumenkohl
 5 große Champignons
 90 g Ziegenkäse, eingeschweißt
 Öl, zum Frittieren

Fritteuse auf 190 Grad vorheizen. Blumenkohl und Brokkoli putzen und in Röschen zerteilen. Pilze putzen. Gemüse und Ziegenkäse in den Tempurateig tauchen und anschließend jeweils in Öl ausbacken, bis der Teig kross ist. Abtropfen lassen.

Für den Dattel-Curry-Dip:

75 g entsteinte Datteln
 1 Knoblauchzehe
 1 Limette
 150 g Frischkäse
 100 g Crème fraîche
 1 TL Curry
 1 Prise Cayennepfeffer
 Salz, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und mit Datteln fein hacken. Frischkäse und Crème fraîche dazugeben und mit Curry und Cayennepfeffer würzen. Mit Salz und ausgepresstem Limettensaft abschmecken.

Für den Thai-Mango-Salat:

1 Harte Mango
 1 Große Karotte
 1 Salatgurke
 10 Kirschtomaten
 4 EL geröstete Erdnüsse
 2 Zweige Koriander
 2 Zweige Minze

Koriander und Minze abbrausen, trockenschütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken. Mango entkernen und das Fleisch in Streifen schneiden. Erdnüsse grob hacken. Karotte und Gurke schälen und in Streifen schneiden. Kirschtomaten halbieren. Alles miteinander vermischen.

Für das Salatdressing:

1 Limette
 70 ml Reissessig
 2 EL Rohrzucker
 1 EL Sojasauce
 1 EL Fischesauce
 2 Prisen Salz

Limette halbieren und Saft auspressen. Drei Esslöffel Limettensaft mit den restlichen Zutaten mixen. Das Drssing mit dem Salat vermengen und gut durchkneten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.