

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 03. September 2020** ▪
Warenkorb „Zucchini, Polenta, Minze“ mit Cornelia Poletto



Marcus Feuerstein

Tapas-Party: Polenta-Tortillas, gebackene Zucchini, Harissa-Sucuk, gegrillte Calamaretti und Minz-Aioli

Zutaten für zwei Personen

Für die Polenta-Tortillas:

150 g Instant-Polenta
 50 g Zucchini
 6 EL Hüttenkäse
 2 Eier
 150 ml Milch
 Rapsöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle

Polenta, Eier und Hüttenkäse verquirlen. Milch hinzufügen und alles zu einem glatten Teig verarbeiten. Mit Salz abschmecken. Zucchini waschen, trockentupfen und in Würfel schneiden. Unter den Teig heben. In einer heißen Pfanne mit etwas Öl Polenta-Tortilla ausbacken.

Für die gebackenen Zucchini:

1 Zucchini
 Mehl, zum Mehlieren
 Olivenöl, zum Ausbacken
 Salz, aus der Mühle

Zucchini waschen, trockentupfen und in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Ordentlich salzen und auf Küchenpapier legen. Überschüssige Flüssigkeit abtupfen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Zucchinischeiben mehlieren und im heißen Öl ausbacken. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Harissa-Sucuk:

100 g Sucuk
 1 EL Harissa
 5 EL Tomatenmark
 Olivenöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Öl in einer Pfanne erhitzen und Sucuk darin anbraten und das Fett der Wurst auslassen. Sucuk aus der Pfanne nehmen. In Sucuk-Pfanne Harissa und Tomatenmark anrösten. Mit einem Teelöffel Wasser ablöschen, dann wieder ordentlich anrösten. Diesen Vorgang 3-4-mal wiederholen. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken, Sucuk wieder hinzugeben und kurz mit garen. Alles in eine kleine Tapas-Form geben und ggf. im Ofen warmhalten.

Für die Calamaretti:

6 Calamaretti, küchenfertig
 1 Salzzitrone
 Olivenöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle

Calamaretti putzen, waschen und trockentupfen. Mit Salz würzen. Salzzitrone vierteln und in einer Pfanne mit Öl anbraten. Calamaretti hinzugeben und mitbraten.



Unter dem Sammelbegriff „Tintenfisch“ kommen viele verschiedene Arten auf den Markt. Laut WWF sind vor allem die **Kalmare Loligo** (MSC-Zertifizierung, Fanggebiete Nordostatlantik FAO 27, Südostatlantik FAO 47, Fangmethoden Handleinen und Angelleinen (mechanisiert)), die **Humboldt-Kalmare** (Fanggebiet Südostpazifik FAO 87: Peru; Fangmethoden Handleinen und Angelleinen (mechanisiert)), die **Pfeilkalmare** (Fanggebiet Nordwestlicher Pazifik FAO 61, Fangmethode Hebenetze; Fanggebiet Nordostatlantik FAO 27, Mittlerer Ostatlantik FAO 34, Fangmethoden Handleinen und Angelleinen (mechanisiert)), sowie die **Sepien** (Fanggebiet Mittlerer Ostatlantik FAO 34, Fangmethoden Fallen, Reusen, Handleinen; Fanggebiet Nordostatlantik FAO 27, Östlicher Indischer Ozean FAO 57, Fangmethode Handleinen) empfehlenswert.

Für die Aioli:	Knoblauch zerdrücken, abziehen und pressen. Ei trennen und das Eigelb mit Senf und Knoblauch vermengen. Unter Rühren mit einem Stabmixer das Öl in einem dünnen Strahl hinzugeben und eine Mayonnaise herstellen. Minze abbrausen, trockenwedeln und sehr fein hacken. Unter die Aioli heben. Alles mit Salz abschmecken und erneut mixen. Ggf. noch etwas Öl hinzufügen und weiter mixen. Dann kaltstellen.
1 Zitrone	
2 Knoblauchzehen	
1 Ei, Zimmertemperatur	
1 TL Senf	
6 Zweige Minze	
125 ml neutrales Öl	
Salz, aus der Mühle	

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.