

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 06. März 2025 ▪
Tagesmotto "Lila, Grün und Weiß" mit Cornelia Poletto



Mareike Simon

Rotkohl-"Steak" auf Blumenkohl-Püree mit Spinat-Chips und frittierten Kapern

Zutaten für zwei Personen

Für das Blumenkohl-Püree:

1 Blumenkohl, a. 700 g
1 Schalotte
30 g Butter
20 ml Sahne
1 L Gemüsefond
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Blumenkohl klein schneiden und in einem Topf mit Gemüsefond weichkochen. Gemüsefond abgießen.

Schalotten abziehen, würfeln und in einer Panne mit Butter kurz andünsten. Schalotten mit dem Blumenkohl und Sahne im Mixer fein mixen und mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Rotkohl-Steak:

1 Kopf Rotkohl
2 Knoblauchzehen
50 g Ziegenkäserolle
125 g Butter
1-2 TL Misopaste
2 EL milder Honig
150 ml trockener Rotwein
3 Zweige Petersilie
Öl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Aus der Mitte des Rotkohl-Kopfes mit einem scharfen Messer ca. 1-2 cm dicke Scheiben schneiden. Die äußeren Blätter mit Hilfe von Zahnstochern fixieren. Öl in eine heiße Pfanne geben und die Rotkohl-Steaks bei hoher Hitze ca. 4 Minuten pro Seite scharf anbraten.

Butter schmelzen. Knoblauch abziehen, pressen und in die Butter geben. Ca. 1-2 TL Misopaste, 1 EL Honig, etwas Salz und Pfeffer zur Butter hinzufügen und alles gut verrühren.

Rotkohl mit Rotwein ablöschen, die Marinade über die Steaks geben und anschließend in der Pfanne (oder einer Auflaufform) im Backofen ca. 15-20 Minuten schmoren lassen. Kurz vor Ende der Garzeit eine dünne Scheibe Ziegenkäse auf den Rotkohl geben und restlichen Honig darüber verteilen. Nach dem Anrichten die Zahnstocher entfernen. Petersilie fein hacken und darüber geben.

Für die Spinat-Chips:

100 g Baby-Blattspinat
1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Backofen-Temperatur auf 180 Grad reduzieren.

Knoblauch abziehen und pressen. Spinat waschen und mit Olivenöl, Salz, Pfeffer und Knoblauch marinieren. Blätter einzeln auf ein Backpapier legen und ca. 15 Minuten im Backofen backen.

Für die frittierten Kapern:

1 kleines Glas Kapernblüten
2-3 EL Butterschmalz

Butterschmalz in einer kleinen Pfanne erhitzen.

Kapern abgießen und zwischen Küchenkrepp ausdrücken, sodass möglichst viel Flüssigkeit herauskommt. Kapern im Butterschmalz ca. 5 Minuten frittieren. Sie sollten dabei bis etwa zur Hälfte im Butterschmalz schwimmen. Wenn sie sich geöffnet haben, herausnehmen und auf zwei Lagen Küchenkrepp abtropfen lassen.

Das Gericht auf Teller anrichten und servieren.