▪ Die Küchenschlacht – Menü am 12. April 2021 ▪
ChampionsWeek ▪ "Vegetarische Küche" mit Alfons Schuhbeck

Michael Zschiesche

Sellerie-Schnitzel mit Café-de-Paris-Sauce, gerösteten und geschmorten Bohnen und Süßkartoffelpüree

Zutaten für zwei Personen

Für das Sellerie-Schnitzel:
1 Sellerieknolle
1 Ei
Mehl
Paniermehl
Butter, zum Braten
Neutrales Öl, zum Braten
Eiswasser
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Sellerieknolle schälen und in ca. 2cm dicke Scheiben schneiden.

In kochendem Salzwasser ca. 6-8 Minuten blanchieren und anschließend in Eiswasser abkühlen.

Selleriescheiben zuerst in Mehl, dann in verschlagenem Ei und zuletzt in Paniermehl wenden.

Etwas Butter und Öl in der Pfanne erhitzen und die Sellerie-Schnitzel darin ca. 5 Minuten auf jeder Seite goldbraun braten.

Vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Bohnen:
250 g grüne Bohnen
250 g breite Bohnen
1 Zwiebel, ca. 150 g
6 Knoblauchzehen
1 grüne Chilischote
125 ml Gemüsefond
1 Zitrone, 1 TL Schale & 1,5 EL Saft
5 g Estragon
5 g Dillspitzen
5 g Petersilienblätter
60 ml Olivenöl
Neutrales Öl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Bohnen waschen. Die grünen Bohnen quer halbieren und die breiten Bohnen in ca. 3-4cm große Stücke schneiden. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Knoblauch abziehen. Eine große Pfanne mit Deckel bei hoher Temperatur erhitzen. Sobald sie raucht, die Hälfte beider Bohnensorten hineingeben und etwa 5-7 Minuten kräftig rösten, bis sie stellenweise sehr dunkel sind. Gelegentlich durchschwenken. Auf einen Teller oder ein Blech geben und nacheinander die restlichen Bohnen rösten. Knoblauch und die eingestochene Chilischote ebenso in der Pfanne rösten und rundherum kräftig bräunen. Zu den Bohnen geben und die Pfanne etwas abkühlen lassen.

Etwa 45 ml Öl in die Pfanne gießen und bei mittlerer bis hoher Temperatur erhitzen. Zwiebel hineingeben und in etwa 10 Minuten unter gelegentlichem Rühren goldbraun anbraten. Die gerösteten Bohnen, Knoblauch und Chili sowie Fond hinzufügen mit 1 TL Salz und 1 großzügigen Prise Pfeffer würzen. Leicht zum Sieden bringen und zugedeckt bei schwacher bis mäßiger Hitze etwa 20 Minuten schmoren, bis die Bohnen sehr weich sind. Zum Schluss Zitronenschale und -saft unterrühren.

Kräuter abbrausen, trockenwedeln, grob hacken und in einer kleinen Schüssel mit 2 EL Öl sowie 1/8 TL Salz und reichlich Pfeffer verrühren.

Kurz vor dem Servieren die Kräuter-Salsa nur grob unter die Bohnen mengen.

Für die Café-de-Paris-Sauce:
1 kleine Schalotte
1 Knoblauchzehe
1 EL kleine Kapern
110 g Butter
110 g Schlagsahne
1 EL Worchestersauce
2 Stiele Schnittlauch, 2 EL
2 Zweige Estragon, 2 EL
1 Zweig glatte Petersilie, 1 EL
2 Zweige Thymian, 2 TL
½ Zitrone, 2 TL Saft
½ TL mittelscharfes Currypulver
¼ TL Cayennepfeffer
1 EL Senfpulver
Meersalzflocken

Schalotte abziehen und fein würfeln. Knoblauch abziehen und zerstoßen. Butter mit Schalotte, Knoblauch, Worchestersauce, Currypulver, Cayennepfeffer und Senfpulver mit ¼ TL Meersalzflocken in einem kleinen Topf vermengen, bei mittlerer Hitze etwa 6 Minuten köcheln lassen und hin und wieder schwenken, bis die Schalotten weich und die Butter goldgelb und leicht gebräunt ist. Kapern, Kräuter und eine sehr großzügige Prise Pfeffer unterrühren und die Sauce noch 1 Minute köcheln lassen.

Bei mittlerer Hitze Sahne und Zitronensaft unterrühren und die Sauce im Topf weitere 2 Minuten behutsam schwenken, bis sie heiß ist.

Für den Süßkartoffelpüree:
1-2 Süßkartoffeln, ca. 275 g
1 Knoblauchzehe
¼ große rote Chilischote
1 Limette, 1 TL Schale
100 g griechischer Joghurt
1 TL Granatapfelsirup
20 ml Olivenöl
1 TL heller Sesam
Salz, aus der Mühle

Chili entkernen und kleinhacken. Sesam rösten. Knoblauch abziehen und pressen. Süßkartoffeln schälen und in 2 cm große Stücke schneiden. Süßkartoffeln mit ½ TL Salz in einem kleinen Topf geben. So viel kochend heißes Wasser dazu gießen, dass sie knapp bedeckt sind. Bei mittlerer bis starker Hitze 10-12 Minuten garen, bis sie so weich sind, dass man sie zerstampfen kann. Süßkartoffeln abgießen und gut abtropfen lassen (das Kochwasser auffangen, falls die Kartoffeln später noch aufgelockert werden müssen). 2 EL Öl hinzufügen und die Kartoffeln glatt zerstampfen. Etwas abkühlen lassen, dann die Hälfte der Limettenschale und 2 EL Joghurt unterziehen. Süßkartoffelstampf anrichten und mit einem Löffel Mulden für den Joghurt hineindrücken

Den restlichen Joghurt mit dem Knoblauch verrühren und gleichmäßig auf den Süßkartoffelstampf löffeln. Mit dem Granatapfelsirup und den restlichen 2 TL Öl beträufeln, dann mit Koriandergrün, Chili, Sesam, restlicher Limettenschale und 1 Prise Salz bestreuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.