

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 16. November 2021 ▪  
**Vorspeise mit Alfons Schuhbeck**



Pati Keilwerth

**Bunte Buchweizenpfannkuchen gefüllt mit Spinat und Karotte, Rote-Bete-Pesto und Feldsalat mit Himbeerdressing**

Zutaten für zwei Personen

**Für das Rote-Bete-Pesto:**  
 300 g vorgegarte Rote Bete  
 150 g getrocknete Tomaten  
 1 Zitrone  
 4 Zweige Thymian  
 5 Zweige glatte Petersilie  
 ca. 10 EL Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Rote Bete und getrockneten Tomaten in grobe Stücke schneiden. In ein hohes Gefäß geben. Thymian und Petersilie abbrausen und trockenwedeln. Thymian abzupfen, Petersilie grob hacken und beides mit Olivenöl zur Roten Bete und den Tomaten geben. Zitrone unter heißem Wasser abspülen, dann halbieren, auspressen und den Saft auffangen, anschließend die Schale abreiben. Das Pesto mit Salz, Pfeffer, Zitronenabrieb und Zitronensaft abschmecken. Alles mit einem Stabmixer pürieren. Etwa 1 Esslöffel zum Einfärben des Teiges abnehmen.

**Für die Füllung:**  
 200 g Blattspinat  
 1 Karotte  
 1 Schalotte  
 1 Knoblauch  
 Muskatnuss, zum Reiben  
 Olivenöl, zum Anbraten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Spinat waschen. Karotte schälen und in Julienne schneiden. Schalotte und Knoblauch abziehen, Schalotte und Knoblauch fein schneiden. Beides in etwas Olivenöl in einer Pfanne anschwitzen. Spinat hinzufügen und sautieren. Karotte hinzugeben und kurz mit dem Spinat dämpfen. Mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die Buchweizenpfannkuchen:**  
 4-5 Blätter Spinat  
 1 Ei  
 2 EL Schmand  
 ca. 300 ml Mineralwasser  
 200 g Mehl  
 1 Msp. Natron  
 1-2 TL gemahlener Kurkuma  
 4 EL Rapsöl  
 Neutrales Öl, zum Braten  
 2 Prisen Salz

Spinat abbrausen und trockentupfen. Aus Mehl, Ei, Mineralwasser, Natron, Salz und Rapsöl einen Teig anrühren. Teig dritteln und je ein Drittel mit Kurkuma, Rote-Bete-Pesto (s.o.) und Spinat einfärben. Dafür die einzelnen Zutaten zu den Teigen geben und fein pürieren. Unterschiedliche Teige in jeweils eine Spritzflasche füllen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Mit den Spritzflaschen bzw. Teigen Muster in die heiße Pfanne malen. Backen bis der Teig an der Oberfläche fest ist. Dann nur kurz wenden, mit Schmand bestreichen und sofort mit dem Spinat-Karotten-Gemüse füllen und rollen.

**Für die Kürbiskerne:**  
 2 EL Kürbiskerne  
 1 EL flüssiger Honig

Honig in eine Pfanne geben und erhitzen. Kürbiskerne hinzugeben und gleichmäßig karamellisieren. Abkühlen lassen.

**Für den Salat:** Salat waschen und trockentupfen. Beten schälen und in dünne Scheiben hobeln. Schalotte abziehen und in sehr feine Würfel schneiden.  
200 g Feldsalat Schalotte, Himbeergelee, Senf, Essig, Rapsöl, Salz und Pfeffer zu einem  
10 essbare Blüten sämigen Dressing rühren. Das Dressing mit den Händen unter den Salat  
1 frische Knolle Gelbe Bete mischen. Salat mit Beten, Blüten und Kresse garnieren.  
1 frische Knolle Rote Bete  
1 Beet Shisokresse  
1 Schalotte  
1-2 TL Himbeergelee  
1 TL mittelscharfer Senf  
2 EL Himbeeressig  
4 EL Rapsöl  
¼ - ½ TL Salz  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.