

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 08. Oktober 2024** ▪
Vorspeise mit Björn Freitag



Romy Krämer

Avocado-Mango-Tatar mit Stracciatella-Zitronen-Creme, Ringelbete-Carpaccio, Pistazien-Crunch und Himbeeressig-Perlen

Zutaten für zwei Personen

Für das Avocado-Mango-Tatar:

- 2 Tomaten
- 2 Avocados
- 1 Flug-Mango
- 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- 1 rote Chilischote
- 1 Zitrone, Saft
- 1 EL heller Balsamicoessig
- 1 TL Aprikosenmarmelade, ohne Stücke
- 2 Zweige krause Petersilie
- 2 Zweige Minze
- 2 Zweige Basilikum
- 2 EL Olivenöl
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Tomaten fein würfeln. Mango und Avocado halbieren und entsteinen. Beides fein würfeln. Schalotte abziehen und fein würfeln. Knoblauch abziehen und zusammen mit Chili fein hacken. Alles miteinander vermengen. Minze, Petersilie und Basilikum fein hacken und mit Olivenöl, Balsamicoessig, Marmelade und 1 EL Zitronensaft zu einem Dressing vermischen. Tatar damit vermengen.

Für das Ringelbete-Carpaccio

- 1 Knolle Ringelbete
- 100 ml heller Balsamicoessig
- 1 Prise Zucker

Ringelbete schälen und in feine Scheiben hobeln. In Essig und Zucker einlegen und 15 Minuten ziehen lassen. Dann auf einem Teller auslegen.

Für die Stracciatella-Zitronen-Creme:

- 1 Zitrone, Abrieb
- 1 Stracciatella di Burrata
- 2 EL Sahne
- 1 TL Agavendicksaft
- 1 EL Olivenöl
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Stracciatella mit einem Handmixer aufmixen. Je nach Geschmeidigkeit und gewünschter Konsistenz etwas Sahne unterrühren. Schale von der ganzen Zitrone abreiben und Olivenöl unterrühren. Masse mit Salz, Pfeffer und Agavendicksaft abschmecken. Auf dem Salat-Türmchen anrichten. Zum Schluss etwas Zitronenschale obendrauf reiben.

Für den Pistazien-Crunch:

- 50 g ungesüßte Cornflakes
- 100 g geschälte Pistazien
- 1 TL Olivenöl

Pistazien grob hacken und in einer Pfanne mit Olivenöl leicht anrösten. Cornflakes in einem Gefrierbeutel mit dem Nudelholz zerdrücken. Mit in der Pfanne schwenken. Beides über die Creme geben.

Für die Himbeeressig-Perlen: Öl in ein zylinderförmiges Gefäß geben und für mindestens 25 Minuten in den Gefrierschrank stellen. Himbeeressig mit Agar Agar gut verrühren und kurz aufkochen lassen. Umfüllen und kurz abkühlen lassen. Mit einer Küchenspritze den Essig aufnehmen und in kleinen Mengen in das Öl tropfen lassen. Essigperlen, wenn erkaltet, vorsichtig entnehmen und auf ein Stück Küchenrolle legen. Anschließend den Teller damit garnieren.

Für die Garnitur: Gericht mit Rote Bete Sprossen garnieren.
Rote Bete Sprossen, zum Garnieren

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.