▪ Die Küchenschlacht – Menü am 17. März 2022 ▪

ChampionsWeek ▪ "Grün" mit Alfons Schuhbeck

Sabine Zink

Südtiroler Käse-Lauch-Knödel mit Krautsalat und Lauch-Öl

Zutaten für zwei Personen

Für die Käse-Lauch-Knödel:
1 Stange Lauch mit dunklem Grün
100 g Babyspinat
1 kleine weiße Zwiebel
175 g geschnittenes Knödelbrot
25 g reifer Camembert
25 g Bergkäse
25 g kräftiger Appenzeller
25 g mittelalter Gouda
etwas Parmesan am Stück
50 g Magerquark
1 Ei
100 g Butter
25 g Paniermehl
½ kleines Bund Schnittlauch
Eiswasser
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Lauch putzen und waschen. Die dunkelgrünen Bestandteile fein schneiden, in Salzwasser blanchieren und in kaltem Wasser abschrecken. Die hellen Bestandteile fein würfeln. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Spinat waschen, trockenschleudern und fein pürieren. Knödelbrot in eine große Schüssel geben.

Die Zwiebel-und Lauchwürfel in der Hälfte der zerlassenen Butter farblos dünsten. Camembert zerrupfen und mit den Zwiebeln kurz andünsten bis er schmilzt. Diese Zwiebelmischung zum Knödelbrot geben. Das abgetropfte Lauchgrün und den abgetropften pürierten Babyspinat zusammen mit dem Magerquark und den Eiern mixen, dann ebenfalls zum Knödelbrot geben. Bergkäse und den Schnittkäse in kleine Würfel schneiden und zugeben. Gouda fein darüber reiben. Alles zusammen mit beiden Händen locker vermengen, bis alles gut verbunden ist. Keinesfalls die Knödelmasse zu sehr kneten. Knödelmasse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dann mit nassen Händen etwa 60 Gramm schwere Knödel formen. Währenddessen reichlich Wasser in einem großen Topf aufkochen und salzen. Knödel im leicht siedenden Salzwasser etwa 15 Minuten gar ziehen lassen, dabei keinesfalls kochen lassen. Die zweite Hälfte Butter in einer Pfanne aufschäumen und leicht braun werden lassen. Knödel aus dem Wasser schöpfen und tropfnass in der gebräunten Butter kurz anrösten. Dann etwas Parmesan darüber reiben und mit Pfeffer würzen. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und zum Schluss darüber streuen.

Für den Krautsalat:
½ Weißkohl, möglichst grün
50 g Staudensellerie
1 Chicorée
1 säuerlicher grüner Apfel
50 g grüne Tafeltrauben, ohne Kerne
½ Stange Lauch, nur das Weiße
10 ml Weißweinessig
1 EL geröstetes Sesamöl
25 g Butter
10 g Olivenöl
1 TL Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Weißkohl putzen und in feine Streifen schneiden. Selleriestangen putzen und in feine Scheiben schneiden. Chicorée längs halbieren und in feine Streifen schneiden. Apfel vierteln, das Kerngehäuse herausschneiden und Apfel in dünne Scheiben schneiden. Tafeltrauben halbieren. Alles zusammen in einer großen Schüssel vermengen.

Für die Vinaigrette den geputzten Lauch in feine Würfel schneiden. Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen. Etwas Olivenöl zugeben und darin die Lauchwürfel farblos andünsten. Weißweinessig zugeben. Diese Vinaigrette mit Salz und Pfeffer würzen und warm über den Krautsalat geben. Alles zusammen mit den Händen gut vermengen und mit Salz, Weißweinessig, Zucker und geröstetem Sesamöl abschmecken.

Für das Lauch-Öl:
1 Bund Schnittlauch
100 ml feines Sonnenblumenöl
Kräutersalz, zum Würzen

Die Zutaten mit dem Pürierstab vermengen und tropfenweise auf den Teller tröpfeln.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.