

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 13. Oktober 2026** ▪
Vorspeise mit Zora Klipp



Ellen Stautmeister

Rote-Bete-Tatar mit Estragon-Mayonnaise, Balsamico-Gel und geröstetem Toast

Zutaten für zwei Personen

Für das Rote-Bete-Tatar:

250 g vorgegarte Rote Bete
 50 g Cornichons
 40 g getrocknete Tomaten, in Öl
 ½ TL Kapern in Lake
 ½ kleine rote Zwiebel
 ½ EL Tomatenmark
 1 TL Olivenöl
 1 EL dunkle Sojasauce
 ½ TL Dijonsenf
 ½ TL geräuchertes Paprikapulver
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Rote Bete und Cornichons ebenfalls fein hacken. Getrocknete Tomaten, Kapern, Tomatenmark, Olivenöl, Sojasauce, Dijonsenf und Paprikapulver in einen Multizerkleinerer geben und alles zu einer glatten Masse pürieren. Dann alles miteinander vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend in einem 7-8 cm großen Edelstahlring anrichten und bis zum Servieren kaltstellen.

Für die vegane Estragon-Mayonnaise:

1 Zitrone, Saft
 60 ml Aquafaba
 (Kichererbsenflüssigkeit)
 100-150 ml Rapsöl
 ½ TL mittelscharfer Senf
 3-4 Zweige Estragon
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Aquafaba mit einem Spritzer Zitronensaft und Senf glattmischen. Öl langsam unterrühren, erst Tröpfchenweise beginnen, dann immer mehr einrühren, bis eine cremige Konsistenz entsteht.

Estragonblätter abzupfen, fein hacken und vorsichtig unter die Mayonnaise heben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Eine Mayonnaise kann auch auf Basis von Milch hochgezogen werden. Dafür die Milch mit etwas Senf und Salz in ein hohes Gefäß geben und mit einem Stabmixer solange neutrales Öl einarbeiten, bis es emulgiert.

Für das Balsamico-Gel: Aceto Balsamico mit Ahornsirup, Agar-Agar und einer kleinen Prise Salz in einen kleinen Topf geben und unter ständigem Rühren aufkochen. Die Mischung ca. 1 Minute sprudelnd kochen lassen, damit das Agar-Agar vollständig aktiviert wird. Anschließend die Flüssigkeit in eine flache Schale geben und ca. 10–15 Minuten kaltstellen, bis sie vollständig geliert ist. Das feste Balsamico-Gel mit einem Pürierstab sehr fein und glatt pürieren. Falls das Gel zu fest ist, tropfenweise etwas Balsamico dazugeben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

Das Gel in einen Spritzbeutel oder eine kleine Quetschflasche füllen und bis zum Anrichten kaltstellen.

Für das geröstete Toast: Toastbrot scheiben auf beiden Seiten dünn mit Olivenöl bestreichen und kurz in einer heißen Pfanne goldbraun anrösten.

2 Scheiben Toastbrot
1 EL Olivenöl

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.