

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 09. September 2026 ▪
Vegetarische Küche mit Cornelia Poletto



Tiago Zeiser

Spätzle mit Pilzrahmsauce und Tofu-Crunch

Zutaten für zwei Personen

Für die Spätzle:

2 Eier
 200 g Spätzlemehl
 Salz, aus der Mühle

Das Mehl mit den Eiern, Salz und 100 ml Wasser in einer Schüssel vermengen und solange unterheben bis der Teig Blasen formt. Salzwasser zum Kochen bringen. Mit der Spätzlepresse den Teig in die gewünschte Länge pressen und im Wasser kurz aufkochen lassen. Die Spätzle sind fertig, sobald sie an die Wasseroberfläche steigen.

Für die Sauce:

300 g braune Champignons
 1 Zwiebel
 3 Knoblauchzehen
 1 Zitrone, Saft
 400 ml Sojasahne
 1 EL mittelscharfer Senf
 2 EL Balsamicoessig
 ½ EL Agavendicksaft
 2 EL Sojasauce
 ½ Bund glatte Petersilie
 1 EL gerebelter Oregano
 1 EL edelsüßes Paprikapulver
 1 TL geräuchertes Paprikapulver
 Neutrales Öl, zum Anbraten

Champignons putzen, schneiden und in einer Pfanne in Öl anbraten. Zwiebeln und Knoblauch abziehen, würfeln und 2 Minuten vor der gewünschten Garstufe dazu geben. Mit Sojasauce ablöschen und die Sojasahne hinzugeben. Anschließend mit Senf, Balsamico, Agavendicksaft, Petersilie, etwas Zitronensaft, Oregano und Paprikapulver abschmecken.

Für den Tofu-Crunch:

200 g Räuchertofu
 50 g Maisstärke
 Neutrales Öl, zum Anbraten

Tofu reiben und mit Stärke vermengen. Öl in der Pfanne erhitzen und den Tofu braten, bis er knusprig wird.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.