

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 30. Januar 2026
Zusatzgericht von Viktoria Fuchs



Für den Teriyaki-Spieß:

300 g ausgelöster Rehrücken

1 Limette, Saft

100 ml Sojasauce

100 ml Mirin

1 EL Honig

1 TL helle Misopaste

Pflanzenöl, zum Braten

Speisestärke, zum Abbinden

½ TL Chiliflocken

Salz, aus der Mühle

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Salat:

¼ Hokkaido

6 braune Champignons

2 Stangen Staudensellerie

2 Frühlingszwiebeln

2 Limetten, Saft

1 TL geröstetes Sesamöl

1 TL Fischsauce

1 TL heller gerösteter Sesam

Pflanzenöl, zum Braten

½ Bund Koriander

1 Prise Chiliflocken

Salz, aus der Mühle

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für Die Garnitur:

1 Beet Gartenkresse

1 Beet Shisokresse

½ TL heller Sesam

Teriyaki-Spieß vom Reh mit asiatischem Salat

Zutaten für zwei Personen

Die Sojasauce und Mirin mit Honig und Chiliflocken in einen Topf geben und aufkochen lassen. Misopaste einrühren. Mit etwas Speisestärke abbinden und mit Limettensaft abschmecken. Rehrücken in Medaillons schneiden und auf zwei Holzspieße spießen. Das Fleisch leicht mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch mit Öl benetzen und in einer heißen Grillpfanne kräftig anbraten. Dabei einmal wenden. Pfanne von der Hitze nehmen und das Fleisch ruhen lassen. Das Fleisch vor dem Servieren mit dem Teriyaki-Lack einstreichen. Restlichen Lack in ein verschließbares Glas füllen, im Kühlschrank aufbewahren und alsbald verbrauchen. Der Lack schmeckt auch gut zu Gemüse, Fisch, Rind und Garnelen.

Pilze putzen und vierteln. Korianderstiele fein schneiden, einen Teil der Blätter fein schneiden, den Rest grob zupfen. Sellerie putzen und in feine Scheiben schneiden. Frühlingszwiebel putzen und in feine Ringe schneiden. Pilze in einer Pfanne mit etwas Öl scharf anbraten. Fein geschnittenen Koriander zu den Pilzen geben und salzen. Von der Hitze nehmen.

Kürbis in dünne Spalten schneiden, entkernen und in der Grillpfanne kräftig braten. Kürbis herausnehmen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Pilze mit Bratfett der Pfanne in eine Schüssel geben und mit Sellerie, Kürbis, Koriander und Lauchzwiebeln vermengen. Sesam, Limettensaft, Chiliflocken, Sesamöl und Fischsauce hinzugeben und vermengen. Mit Salz abschmecken.

Gerichte mit Kresse und Sesam garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.