

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 13. Februar 2026 ▪**  
**Vegetarische Küche mit Mario Kotaska**



Annette Weiler

**Tiroler Knödel-Duo: Rote-Bete-Knödel mit  
 Blauschimmelkäse-Sauce & Bergkäse-Knödel auf  
 Blattspinat**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für den Knödel-Teig:**

250 g Knödelbrot  
 ½ rote Zwiebel  
 1 Ei  
 135 ml Milch  
 2 TL weiche Butter  
 3 Zweige glatte Petersilie  
 1 Prise Salz

Die Milch in einen Topf geben und leicht erwärmen. Lauwarme Milch, Ei und eine Prise Salz verquirlen und über das Knödelbrot gießen.

Abdecken und kurz ziehen lassen.

Zwiebel abziehen, fein würfeln und in Butter glasig dünsten. Petersilie hacken. Zwiebel und Petersilie zum Knödelbrot geben und alles kräftig zu einem homogenen Teig verkneten. Die Knödelmasse halbieren.

**Für die Rote-Bete-Knödel:**

4 vorgekochte Rote-Bete  
 1 L Rote-Bete-Saft  
 Salz, aus der Mühle

Rote Bete in kleine Würfel schneiden. ¼ der Roten Bete mit einem Mixstab fein pürieren. Rote-Bete-Würfel sowie Rote-Bete-Püree mit einer Hälfte der Knödelmasse gründlich verkneten. Je nach Konsistenz etwas Rote-Bete-Saft hinzufügen. Mit Salz abschmecken. Aus dem Teig vier Knödel formen und in heißem, leicht gesalzenem Rote-Bete-Saft 10–12 Minuten ziehen lassen.

**Für die Blauschimmelkäse-Sauce:**

½ Frühlingszwiebel  
 ½ Knoblauchzehe  
 100 g Blauschimmelkäse, mit  
 mikrobiellem Lab  
 1 EL Butter  
 125 ml süße Sahne  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und fein hacken. Frühlingszwiebel putzen und klein schneiden. Beides in Butter anschwitzen. Blauschimmelkäse hinzufügen und schmelzen lassen. Langsam Sahne zugießen und die Sauce mit Pfeffer abschmecken.

**Für die Käseknödel:**

100 g Bergkäse, mit mikrobiellem Lab  
 50 g Butter  
 1 EL Milch  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Bergkäse grob reiben. Den geriebenen Käse (bis auf 1 EL für die Garnitur) zusammen mit einem Schuss Milch zum zweiten Teil der Knödelmasse geben und gründlich durchkneten. Aus dem Teig vier Knödel formen und in heißem Salzwasser 10–12 Minuten ziehen lassen. Butter in einer Pfanne zerlassen und die Knödel darin kurz schwenken.

**Für den Spinat:**

125 g Babyspinat  
 2 Cocktailtomaten  
 ½ Knoblauchzehe  
 1 EL Butter  
 Muskatnuss, zum Reiben  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und pressen. Tomaten klein schneiden. Beides in Butter leicht anschwitzen. Spinat gründlich waschen, trockenschleudern und hinzufügen. Unter einem Deckel kurz zusammenfallen lassen und mit Salz, Pfeffer sowie Muskatnuss abschmecken.

**Für die Garnitur:** Cashewkerne in einer Pfanne ohne Öl rösten, hacken und als Garnitur verwenden.  
1 EL Cashewkerne

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.