

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 05. August 2025** ▪  
**Vorspeise mit Mario Kotaska**



**Michel Ulbricht**

**Zucchini-Cannelloni mit Ricotta-Basilikum-Füllung und  
Pfannenbrot mit Mango-Tomaten-Topping**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Zucchini-Cannelloni:**

1 Zucchini  
 1 Knoblauchzehe  
 1 Zitrone, Abrieb  
 80 g Ricotta  
 15 g Parmesan  
 1 TL Olivenöl  
 1 Bund Basilikum  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Zucchini der Länge nach in dünne Streifen schneiden. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen. Zucchini 1-2 Minuten pro Seite anbraten, bis die Streifen biegsam sind. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Knoblauch abziehen und klein hacken. Parmesan reiben. Zitrone waschen und reiben. Mit Ricotta und Kräutern verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Je 1 TL Füllung auf einen Zucchini-Streifen geben und aufrollen. In eine kleine gefettete Auflaufform setzen und mit etwas Olivenöl beträufeln. Im Backofen 10-12 Minuten backen.

**Für das Brot:**

200 g Mehl  
 Pflanzenöl, zum Anbraten

120 ml Wasser mit Mehl vermengen. Teig anschließend 10-15 Minuten ruhen lassen. Danach den Teig zu dünnen Fladen formen.

Eine Pfanne mit etwas Öl erhitzen. Teigfladen darin für 3-5 Minuten ausbacken.

**Für das Topping:**

100 g Kirschtomaten  
 1 rote Chilischote  
 1 kleine Rote Zwiebel  
 1 reife Mango  
 1 Limette, Saft  
 ½ TL Honig  
 100 ml Olivenöl  
 1 Bund Minze  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen und klein würfeln. Mango ebenfalls klein würfeln.

Tomaten klein häckseln und den Saft abtropfen lassen. Mit Limettensaft, Honig, Olivenöl und Kräutern vermengen.

Brot mit der Chilischote einreiben.

In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und das Brot darin rösten.

Anschließend Mango-Tomaten-Mix auf den Brotscheiben verteilen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.