

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 23. Juni 2021** ▪
Zusatzgericht von Alfons Schubbeck



Mediterraner Salat mit Pulpo

Zutaten für zwei Personen

Für den Pulpo:

150 g gekochter Pulpo
 1 Knoblauchknolle
 2 cm Ingwer
 Neutrales Öl, zum Anbraten
 Fleur de Sel, zum Würzen
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Pulpo in 1 cm dicke Scheiben schneiden.

Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur sanft erhitzen. Pulpo und Öl hinzugeben. Knoblauchknolle horizontal halbieren und Ingwer in Scheiben schneiden. Beides in die Pfanne legen und mit dem Pulpo etwas anbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen. Pulpo mit Fleur de Sel und Pfeffer würzen.



Um Oktopus bzw. Pulpo bedenkenlos genießen zu können, sollte er laut WWF aus dem Nordostatlantik FAO 27: Östlicher Kanal (7.d-e) oder Westlicher Mittelatlantik FAO 31: Mexiko, Östlicher Mittelatlantik FAO 34: Senegal, Gambia kommen.

Für den Salat:

½ Handvoll Salatblätter, z.B. Radicchio,
 Castell franco, Romana Salatherzen
 ½ Avocado
 2 Eiertomaten
 3 eingelegte Artischockenherzen
 ½ Salatgurke
 ¼ Mango
 1 Kugel Büffelmozzarella
 Mildes Chilisalz, zum Würzen
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Tomaten waschen, den Strunk entfernen und vierteln. Die Mango schälen, entkernen und in etwa 2 cm große Stücke schneiden. Die Artischockenherzen vierteln. Die Gurke waschen, längs halbieren und in Scheiben schneiden. Die Avocado halbieren und den Stein entfernen. Eine Avocadohälfte schälen und in Spalten schneiden. Die Salatblätter waschen und etwas zerkleinern. Den Mozzarella längs halbieren und in Scheiben schneiden.

Tomaten, Mango, Artischocken, Gurkenscheiben, Avocado, Salatblätter und Büffelmozzarella als Salat auf Tellern anrichten. Mit Chilisalz und Pfeffer würzen.

Für das Salatdressing:

40 ml Gemüsefond
 1 EL Weißweinessig
 ½ TL Dijonsenf
 1 Prise Zucker
 Mildes Chilisalz, zum Würzen
 1 EL mildes Olivenöl

Den Gemüsefond mit Weißweinessig und Senf verrühren. Mit Chilisalz und Zucker würzen. Olivenöl für den Schluss aufbewahren.



Geben Sie das Dressing erst am Ende über den Salat, damit er nicht in sich zusammenfällt und noch knackig bleibt.

Pulpostücke zum Salat auf Tellern anrichten, mit dem Dressing und etwas Olivenöl beträufeln und servieren.