

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 28. April 2026 ▪  
Vorspeise mit Cornelia Poletto



**Katja Merx**

**Zweierlei Sommerrollen mit Räuchertofu und lackiertem Tempeh mit Soja-Limetten- und Erdnuss-Dip**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Sommerrollen:**

100 g Räuchertofu  
100 g Tempeh, natur  
50 g dünne Reismudeln  
1 Avocado  
1 gelbe Paprikaschote  
2 mittelgroße Champignons  
20 g Rotkohl  
½ Fenchel  
¼ Apfel  
1 Limette, Schale & Saft  
Erdnussöl, zum Braten  
2 Zweige Koriander  
5 g rote Rettichsprossen  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Reismudeln mit kochendem Wasser übergießen und etwa 5 Minuten ziehen lassen, dann abgießen und beiseitestellen. Tempeh, Räuchertofu und Champignons in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Etwas Erdnussöl in einer Pfanne erhitzen und die Scheiben darin auf beiden Seiten scharf anbraten, anschließend mit Salz und Pfeffer würzen und beiseitestellen. Fenchel und Apfel fein hobeln, mit Limettensaft vermengen und beiseitestellen. Avocado halbieren, entkernen, in dünne Scheiben schneiden und mit Salz, Pfeffer sowie Limettensaft beträufeln. Paprika waschen, entkernen und in dünne Streifen schneiden. Rotkohl in feine Streifen schneiden. Korianderblätter fein hacken und Rettichsprossen bereitstellen.

**Für den Lack:**

1 Limette, Saft  
50 ml helle Sojasauce  
50 ml Mirin  
1 TL Ahornsirup  
½ TL helle Misopaste  
Speisestärke zum Abbinden

Sojasauce, Mirin und Ahornsirup in einem kleinen Topf aufkochen, die Misopaste einrühren und mit etwas Speisestärke abbinden. Mit Limettensaft abschmecken und die angebratenen Tempeh-Scheiben darin wenden.

**Für die Fertigstellung:**

4 runde Reispapierblätter  
Schwarzer Sesam, zum Bestreuen

Die Reispapierblätter kurz in lauwarmem Wasser einweichen, auf ein Brett legen und mit den vorbereiteten Zutaten befüllen. Die Hälfte der Reispapierblätter mit Räuchertofu, Reismudeln, Avocado, Paprika, Koriander, Rettichsprossen, Rotkohl und Champignons füllen, die andere Hälfte mit lackiertem Tempeh, Reismudeln und Fenchel-Apfel-Salat. Die Rollen sorgfältig einwickeln. Rollen mit Sesam bestreuen.

**Für die Zitronen-Vinaigrette:**

1 Knoblauchzehe  
½ Zitrone, Saft  
2 TL Dijonsenf  
45 ml Olivenöl  
1 Zweig Dill  
½ TL Kokosblütenzucker  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und fein reiben oder pressen. Knoblauch, Zitronensaft, Senf, Kokosblütenzucker, Salz, Pfeffer und gehackten Dill in einer Schüssel verrühren, das Olivenöl unter Rühren dazugeben, bis eine homogene Vinaigrette entsteht.

**Für den Erdnuss-Dip:**

1 Knoblauchzehe  
4 cm Ingwer  
½ Limette, Saft  
85 g Erdnussmus  
2 EL Tamari (glutenfreie Sojasauce)  
1-2 EL Ahornsirup  
1 TL schwarzer Sesam  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen, Ingwer schälen. Beides fein hacken oder im Mixer zerkleinern und zusammen mit Limettensaft, Erdnussmus, Tamari, Ahornsirup, Salz, Pfeffer und etwas Wasser zu einer glatten Sauce verarbeiten. Mit schwarzem Sesam bestreuen.

**Für den Soja-Limetten-Dip:**

1 cm Ingwer  
2 Limetten, Saft  
1 TL Reisessig  
1 TL helle Sojasauce  
1 TL geröstetes Sesamöl  
1 TL Ahornsirup  
1 TL weißer Sesam  
½ TL Chiliflocken  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Limettensaft, Reisessig, Sojasauce, Sesamöl und Ahornsirup vermengen, Ingwer schälen und fein hineinreiben, weißen Sesam und Chiliflocken untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.