

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 19. April 2018** ▪
ChampionsWeek ▪ **"Asiatisch 2.0" mit Mario Kotaska**



Melanie Bolai

Guotie mit Teriyaki-Schaum und Edamame

Zutaten für zwei Personen

Für die Guotie:

125 g Mehl
1 TL Wasabi-Paste
1/8 Kopf Spitzkohl
75 g geschälte Riesengarnelen
1/2 Karotten
25 g Mungobohnensprossen
1 Frühlingszwiebel
1/2 Knoblauchzehe
1 Knolle Ingwer à 1 ½ cm
1/2 TL Sesamöl
1 TL Fischsauce
1 EL helle Sojasauce
2 EL Erdnussöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Aus Mehl und 125 ml Wasser und Wasabi-Paste einen Teig herstellen und kneten.

Kohl in feine Streifen schneiden und in etwas Öl rund 10 Minuten andünsten und in eine Schale geben. Karotten schälen und in feine Streifen hobeln. Zum Kohl geben. Ingwer, Zwiebel und Knoblauch schälen und in feine Würfel hacken, mit den Sprossen zur Karotten-Kohl-Mischung geben. Mit Sojasauce und Sesamöl abschmecken. Garnelen fein hacken, sodass fast schon ein Brei entsteht und unter die Masse heben.

Etwas Mehlpulver auf einem glatten Untergrund verteilen und mit einem Nudelholz die Teigstücke in eine runde Form etwa handflächengroß ausrollen (die Mitte sollte am besten klein wenig dicker sein als der Rand). Teig auf eine Handfläche legen und die Füllung in die Mitte des Teigs legen. Teigtasche zur Hälfte falten (sieht aus wie ein Halbmond). Ränder fest und schön zusammenfallen.

Zunächst gibt man dazu ein wenig Fett in eine Pfanne und erhitzt sie stark. Nun legt man die Guotie hinein und brät sie auf der flachen Seite für zwei Minuten an. Die Hitze wird nun etwas reduziert und man kippt ca. 100ml Wasser in die Pfanne. Bei geschlossenem Deckel (nur ein Schlitz offen, um Dampf abzulassen) garen die Guotie nun für etwa 3 Minuten bzw. bis das Wasser komplett verkocht ist. Dann lässt man sie noch einmal 2 Minuten auf beiden Seiten auf dem trockenen Pfannenboden anbacken.

Für den Teriyaki-Schaum:

2 TL Zucker
2 EL Reisessig
4 EL japanische Sojasauce
1 Zitrone
1 Knoblauchzehe
100 g Sahne

Zucker karamellisieren lassen und mit Sojasauce und Reiswein ablöschen. Knoblauch sehr klein hacken und dazu geben, sowie etwas geriebene Zitronenschale. Die Sauce köcheln lassen, bis sie dickflüssig ist. Sie sollte sehr würzig sein. Abkühlen lassen und mit Sahne mischen und mit einem Sahnesiphon als Schaum auf dem Teller über den Guotie sprühen.

Für die Edamame:

100 g Edamame
100 ml Krustentierfond

Edamame 5 Minuten in Salzwasser und Krustentierfond kochen, dann absieben und Samen entnehmen und als Dekoration verwenden

Guotie mit Teriyaki-Schaum und Edamame auf Tellern anrichten und servieren.



Melanie Bolai

Tapioka-Pudding mit Granatapfel, Matcha und einem Glückskeks

Zutaten für zwei Personen

Für den Tapioka-Pudding:

- 50 g Tapiokaperlen
- 400 g cremige Kokosmilch
- 1 Granatapfel
- 50 g Zucker
- 2 Eier
- 1 Vanilleschote
- 1 TL Matcha-Tee-Pulver
- ¼ TL feines Salz

Tapiokaperlen 10 Minuten quellen lassen.

Tapiokaperlen, Kokosmilch, Zucker und Salz in einem Topf unter ständigem Rühren zum Kochen bringen. Kurz aufkochen, dann 10 Minuten quellen lassen. Zucker unterrühren.

Eier in einer Schüssel verquirlen. Eine halbe Tasse der Kokosmilchmischung esslöffelweise unterrühren, dann den gesamten Schüsselinhalt in den Topf geben. Alles gut verrühren und bei niedrigster Flamme 3 bis 5 Minuten andicken lassen, dabei immer wieder rühren. Topf vom Herd nehmen und dann Vanillemark und Matcha Teepulver untermischen. Dann schnell kaltstellen und vor dem Servieren Granatapfelkerne dazugeben.

Für den Glückskeks:

- 1 Ei, davon Eiweiß
- 35 g Mehl
- 50 g Puderzucker
- 1 EL Milch
- 1 Msp. Rauchsatz

Den Ofen auf 175 Grad Umluft vorheizen.

Eiweiß mit dem Handrührgerät kurz schaumig aufschlagen. Mehl, Puderzucker und Milch unterrühren. Mit Rauchsatz abschmecken. Teig ca. 10 Minuten quellen lassen.

Drei Kreise von je 8 cm Durchmesser auf das Backpapier zeichnen. Das Backpapier umgedreht auf das Blech legen. Etwa 1 Teelöffel des Teiges auf jedem Kreis verstreichen. Teigkreise im heißen Ofen 4-5 Minuten backen, bis der Rand leicht braun ist.

Backofentür öffnen. Kekse im Backofen sofort mit einer Palette oder einem Messer lösen. Backblech herausnehmen und die Glückszettel in die Mitte der Kekse legen. Die heißen Kekse rasch zur Mitte umklappen und zu Monden formen. Dann die ausgeformten Glückskekse noch einmal für 3 Minuten in den Ofen stellen, um sie nachzubräunen und knuspriger zu machen.

Für die Garnitur:

- 50 g gefriergetrocknete Mango
- 4 Früchte Mangostan
- ¼ Pomelo, zur Dekoration

Tapioka-Pudding mit Granatapfel, Matcha und einem Glückskeks auf Tellern anrichten und servieren.



Lucas Finke

Rote-Bete-Curry mit gebratenem Tempeh

Zutaten für zwei Personen

Für das Curry:

2 Knollen Rote Bete
 ½ Bund Frühlingszwiebeln
 150 g Zuckerschoten
 1 reife Mango
 2 rote Chilis
 2 Knoblauchzehen
 1 Knolle Ingwer à 2 cm
 2 EL rote Chilipaste
 2 EL rote Thai-Paste
 10 ml heller Balsamico
 10 ml dunkler Balsamico
 200 ml Kokosmilch
 150 ml Gemüsefond
 Sesamöl, zum Anbraten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Rote-Bete-Knollen schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Chilischote der Länge nach aufschneiden, Kerne entfernen und die Schote fein hacken. Ingwer schälen, fein hacken. Knoblauch abziehen, fein hacken. Frühlingszwiebeln putzen, waschen, in kleine Röllchen schneiden. Mango schälen, Fruchtfleisch vom Stein schneiden und in ca. 1 x 1 cm große Würfel schneiden. Sesamöl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch, Ingwer und Frühlingszwiebel darin anschwitzen. Thai und Chilipaste einrühren, kurz anbraten.

Rote Bete und Zuckerschoten zugeben, mit Fond und Kokosmilch aufgießen. Heller und dunkler Balsamico zugießen. Curry ca. 8 Minuten schmoren lassen. Zuletzt die Mangowürfel zugeben und unterrühren. Nach Bedarf mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Tempeh:

200 g Tempeh
 2 EL Sojasauce
 1 EL Agavendicksaft
 neutrals Pflanzenöl, zum Anbraten

Den Tempeh vorsichtig in dünne Scheiben schneiden und in 1-2 EL Öl scharf anbraten.

Mit der Sojasauce und 1 EL Agavendicksaft ablöschen und den Tempeh darin bei schwächster Hitze glasieren, bis die Sojasauce verkocht ist.

Rote-Bete-Curry mit gebratenem Tempeh auf Tellern anrichten und servieren.



Lucas Finke

Süßkartoffel-Sticks mit Honig-Sesam-Sauce

Zutaten für zwei Personen

Für die Sticks:

400 g Süßkartoffeln
2 EL Stärke
1 Zitrone, davon den Abrieb
2 EL Puderzucker
2 EL Olivenöl

Den Ofen auf 230 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Süßkartoffeln schälen und längs in 0,5 cm dicke, gleichmäßige Stifte schneiden.

Süßkartoffelstifte in einer großen Schüssel mit Stärke, Zitronenabrieb, Öl und Puderzucker mischen. Alles gleichmäßig auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen. Süßkartoffeln im heißen Ofen auf der mittleren Schiene etwa 15 Minuten hellbraun backen.

Für die Sauce:

6 EL flüssiger Honig
1 EL helle Sesamsaat
3 EL geröstetes Sesamöl

Den Sesam in einer Pfanne ohne Öl hellbraun anrösten. Honig in einem Topf bei niedriger Hitze leicht karamellisieren. Sesam dazugeben und Sesamöl unterrühren.

Für die Garnitur:

1 TL helle Sesamsaat
1 TL schwarze Sesamsaat

Den Sesam mischen und als Garnitur auf Tellern verteilen.

Süßkartoffel-Sticks mit Honig-Sesam-Sauce auf Tellern anrichten und servieren.



Sabine Schmelzer

Thaispargel-Omelette mit Garnele und Cappuccino

Zutaten für zwei Personen

Für das Omelette:

- 2 Eier
- 2 EL Reismehl
- 2 EL Reiswein
- 250 g grüner Thai-Spargel
- 200 g Riesengarnelen in der Schale
- 1 Schalotte
- 1 Elefantknoblauch
- 1 Knolle Ingwer à 2 cm
- 20 g Mungobohnensprossen
- 1 rote Chili
- ½ rote Paprika
- 3 Frühlingszwiebeln
- 1 EL grüne Currypaste
- 1 EL Fischsauce
- 1 EL Sojasauce
- 1 Prise Zucker
- 1 EL Sesamöl
- 2 EL Sonnenblumenöl für den Wok
- Öl zum Frittieren
- ½ Bund Koriander
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Aus den Eiern, Reismehl und Reiswein mit einer Prise Salz und Zucker einen Teig schlagen, in Spritzflasche füllen und gitterartig in die heiße Pfanne spritzen, Omelette wenden, fertig backen und zur Seite stellen.

Gemüse putzen und waschen, schneiden, Garnelen schälen.

Im Wok Öl erhitzen, ausschwenken, ausgießen,

Gewürfelte Schalotte, Knoblauch, Ingwer, Chili, Paprikastreifen, das Weiße der Frühlingszwiebeln, Spargelabschnitte nacheinander im Wok heiß anbraten, zum Schluss Currypaste, Soja- und Fischsoße hinzufügen und abschmecken.

Garnelen zum Schluss im heißen Wok anbraten.

Omelette mit Gemüse und Garnelen füllen, Sprossen, Korianderblättchen und das Grüne der Frühlingszwiebeln obenauf legen.

Für den Cappuccino:

- 4 Stangen grüner Spargel
- 1 Schalotte
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Stiele Koriander
- etwas Ingwer
- ½ rote Chili
- 200 ml Fischfond
- 1 EL Sojasauce
- 1 EL Fischsauce
- 1 EL Kokosblütensirup
- 200 ml Milch
- 1 TL rote Bete Saft

Gewürfelte Schalotte in Öl anschwitzen, die unteren Spargelabschnitte und Garnelenschalen, ein paar Korianderblättchen, etwas Ingwer und Chilischote hinzufügen, mit Fischfond aufgießen, mit Soja- und Fischsauce abschmecken.

Garnelen-Spargelsud in Tässchen schütten, Milch mit ein paar Rote Bete Saft Tropfen und Jus mischen und aufschäumen.

Thaispargel-Omelette mit Garnele auf einem Teller, Cappuccino dazu anrichten und servieren.



Sabine Schmelzer

Kokosmilch-Panna-Cotta mit Ananas-Ragout

Zutaten für zwei Personen

Für die Kokosmilch-Panna-Cotta:

200 g Kokosmilch
200 g Sahne
1 Orange
1 EL Vanillezucker
50 g brauner Zucker
1 EL Gelatine-Pulver

Zur Kokosmilch die Hälfte der Sahne, Abrieb von Orange zufügen, abschmecken. Zucker im Topf schmelzen, 2 Orangenscheiben darin karamellisieren, zwei Puddingformen damit auslegen.

Gelatine auflösen und in die Kokosmilch rühren, den Rest Sahne steif schlagen und unter die Masse heben, in die Puddingformen gießen und im Kühlschrank erstarren lassen.

Für das Ananas-Ragout:

½ Ananas
3 EL brauner Zucker
½ rote Chili
2 EL brauner Rum
2 EL Granatapfelkerne
1 TL Honig
1 Prise feines Salz

Ananas schälen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Chilischote sehr fein in Streifen schneiden. Braunen Zucker in einem Topf karamellisieren lassen, Ananas dazugeben, mit Rum aromatisieren, Granatapfelkerne hinzufügen, mit Honig und einer Prise Salz abschmecken.

Für die Garnitur:

30 g Kokoschips

Kokosmilch-Panna-Cotta mit Ananas-Ragout auf Tellern anrichten und servieren.