▪ Die Küchenschlacht – Menü am 19. Februar 2024 ▪
ChampionsWeek ▪ "Alliterationen" mit Alexander Kumptner

Greta Böske

Möhren mit Montellokruste, Maracuja-Mixed-Pickles, Miso-Mayonnaise und Möhrengrün-Öl

Zutaten für zwei Personen

Für die Möhren mit Montellokruste:
1 Bund kleine Möhren mit Grün
1 Zitrone, Abrieb & Saft
1 Orange, Abrieb & Saft
100 g Montello
3 EL weiße Misopaste
1 EL Sesamöl
2 EL Olivenöl
Feine Chiliflocken, zum Abschmecken
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Möhrengrün entfernen und für das Öl und die Dekoration beiseitelegen.

Grünansatz der Möhren fein auf ca. 1 cm parieren. Möhren waschen, schälen, längs halbieren und die Möhrenhälften bei Bedarf quer halbieren.

Zitrone und Orange heiß abspülen, die Schale abreiben, dann Saft auspressen und auffangen. 2 EL Zitronensaft, 2 EL Orangensaft, Zitronen- und Orangenabrieb, Misopaste, Sesamöl, Olivenöl, Chili, Zucker, Salz und Pfeffer in einer Schüssel vermengen.

Montello fein auf einen Teller reiben.

Möhrenviertel zunächst in der Miso-Marinade wenden, dann mit der Schnittseite in den Montello drücken und mit der Käseseite nach unten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen. Möhren dabei dicht nebeneinander platzieren, damit sie nicht verbrennen. Für mindestens 20 Minuten im vorgeheizten Ofen ausbacken.

Für die Miso-Mayonnaise:
1 Limette, Abrieb
1 Orange, Abrieb
1 sehr frisches Ei
1 TL mittelscharfer Senf
2 EL weiße Misopaste
2 EL Ponzu
1 EL Reisessig
1 EL Yuzu-Marmelade
250 ml neutrales Öl
Feine Chiliflocken, zum Abschmecken
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Ei, Senf, Misopaste, Ponzu und Reisessig mit dem Stabmixer aufschlagen und sehr langsam das Öl bis zur gewünschten Konsistenz hinzugeben.

Mit Limetten- und Orangenabrieb, Yuzu-Marmelade, Chili, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. In eine Dosierflasche einfüllen und kalt stellen.

Für das Möhrengrün-Öl:
Sehr frisches Möhrengrün
50 g Babyspinat
150 ml neutrales Speiseöl

Öl in einem Topf auf 65 Grad erhitzen.

Geputztes Möhrengrün und Spinat in ein hohes Rührgefäß geben, mit dem warmen Öl übergießen und kräftig mit dem Pürierstab mixen.

Öl dann durch ein Sieb mit Kaffeefilter gießen und beiseitestellen, bis sich das klare Öl am Boden des Auffanggefäßes absetzt. Alternativ vorsichtig durch ein Küchentuch pressen.

Für die Maracuja-Mixed-Pickles:
3 Maracujas
1 gelbe Bete
4 Radieschen
3 kleine Schalotten
1 Knoblauchzehe
2 EL Ingwer
1 Zitrone, Zesten
200 ml Maracujanektar
150 ml Apfelessig
1 EL weiße Pfefferkörner
2 Kaffirlimettenblätter
Feine Chiliflocken, zum Abschmecken
Zucker, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Einen großen Teller in das Gefrierfach stellen.

Schalotten und Knoblauch abziehen und fein schneiden. Ingwer hacken. Radieschen und gelbe Bete putzen und beides in feine Scheiben schneiden. Scheiben kreisrund mit einem kleinen Servierring ausstechen. Von der Zitrone grobe Zesten abschneiden. Maracuja halbieren und das Fruchtfleisch herauslösen. Alles, bis auf das Gemüse, in einen Topf geben, mit Chili, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken und bis kurz vor den Siedepunkt erhitzen.

Gemüse zugeben und 15-20 Minuten auf der ausgeschalteten Herdplatte ziehen lassen. Auf dem geeisten Teller abschrecken und bis zum Servieren beiseitestellen.

Für die Garnitur:
Möhrengrünspitzen

Gericht mit Möhrengrünspitzen garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.