

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 29. April 2021** ▪
Zusatzgericht von Nelson Müller



**Tatar von Gemüsepaprika mit Rucola-Pesto und
Wachtel-Spiegelei**

Zutaten für zwei Personen

Für das Tatar:

1 rote Paprikaschote
 1 gelbe Paprikaschote
 1 orange Paprikaschote
 ½ Knoblauchzehe
 25 g Feta
 1 EL alter Balsamessig
 Olivenöl, zum Braten
 Fleur de Sel, zum Würzen
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Paprika schälen, halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und fein würfeln. Knoblauch abziehen und fein hacken. Paprikawürfel in einer Pfanne mit etwas Öl und Knoblauch scharf anschwitzen, dann beiseitestellen. Die Paprikawürfel sollten bissfest sein. Feta würfeln, mit der Paprika vermischen und alles mit Essig, Fleur de Sel und Pfeffer würzen.



Die Schale der Paprika ist unverdaulich, deshalb sollten Sie Paprikaschoten am besten immer schälen.

Für das Rucola-Pesto:

125 g Rucola
 30 g Parmesan
 25 g Pinienkerne
 40 ml Olivenöl
 40 ml neutrales Pflanzenöl

Parmesan reiben. Pinienkerne in einer nicht zu heißen Pfanne ohne Zugabe von Öl goldgelb rösten. Auskühlen lassen und zusammen mit Olivenöl, Pflanzenöl und Parmesan in einem Mixer fein pürieren. Rucola abbrausen, trockenwedeln, zupfen und dazugeben. Nur kurz weitermixen, bis alles fein zerkleinert ist. Das Pesto sollte nicht warm werden, da es sonst an Farbe und Geschmack verliert. Ca. 1 Esslöffel Pesto zu den Paprikawürfeln geben und vermengen.



In ein Glas gefüllt und mit Olivenöl bedeckt hält das Pesto im Kühlschrank ca. 2 Wochen.

Für das Spiegelei:

2 Wachteleier
 Butter, zum Braten

Butter in eine Pfanne geben und langsam erhitzen. Mit einem Sägemesser die Schale der Wachteleier vorsichtig aufbrechen und in die Pfanne fließen lassen. Die Eier bei mittlerer Hitze braten.

Das Pesto mit einem gefälligen Muster auf einen Teller streichen. Das Tatar in einem Ring in der Mitte anrichten und mit einem Spiegelei und etwas Rucola garnieren.