

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 4. Mai 2021** ▪  
**Vorspeise mit Johann Lafer**



Anna Obenauer

**Brokkoli-Tatar mit Rote Bete und Frischkäse,  
 Meerrettichsauce, Parmesanchip und Rucolasalat**

Zutaten für zwei Personen

**Für das Brokkoli-Tatar:**  
 350 g Brokkoli  
 1 frische Rote Bete  
 2 Schalotten  
 100 g Doppelrahmfrischkäse  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Rote Bete waschen, in mitteldicke Scheiben schneiden und gute 25 Minuten in Salzwasser kochen. Schalotten abziehen, in feine Würfel schneiden und 2 Minuten in kochendem Wasser blanchieren. Brokkoli waschen, putzen und in Röschen schneiden. Stiele schälen und anschließend in Stücke schneiden. Röschen und Stiele in kochendem Salzwasser ca. 5 bis 6 Minuten garen. Anschließend kalt abschrecken, abtropfen und abkühlen lassen. Brokkoliröschen und -stiele fein hacken und mit Schalotten und Ziegenfrischkäse vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die Meerrettichsauce:**  
 3 EL milder Meerrettich, aus dem Glas  
 50 g Sahne  
 1 EL Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Meerrettich, Sahne und Olivenöl vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. 1 Esslöffel für den Rucolasalat beiseitestellen.

**Für den Parmesanchip:**  
 30 g Parmesan  
 1 EL getrockneter, gerebelter Rosmarin

Parmesan mit dem Rosmarin vermengen, Häufchen auf ein Backblech geben und bei 180 Grad ca. 5-7 Minuten im Ofen backen.

**Für den Rucolasalat:**  
 70 g Rucola  
 1 Granatapfel  
 1 Zitrone  
 2 EL Pinienkerne  
 75 ml Olivenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Granatapfel vierteln und die Kerne herauslösen. Ca. 1 Esslöffel Kerne zum Garnieren beiseitestellen. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Pinienkerne in einer Pfanne anrösten. Rucola waschen, trockenschleudern und in eine Schüssel geben. Rucola mit einem Esslöffel Meerrettichsauce (siehe oben), Olivenöl, Zitronensaft, Pinienkernen und Granatapfel vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Salat beiseitestellen und ziehen lassen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.