

BBQ-Kräuterseitlinge, Kartoffel-Sellerie-Stampf, Salat

Für zwei Personen

Für die BBQ-Kräuterseitlinge:

200 g große Kräuterseitlinge	1 Bund Schnittlauch	2 EL Cashewkerne
2 EL Hoisin-Sauce	2 EL Sriracha-Sauce	20 g weißen Sesam
1 EL Sesamöl	1 EL Olivenöl	

Für den Salat:

250 g Fenchel	2 Orangen	1 EL Pinienkerne
1 EL weißer Balsamico	1 EL Olivenöl	1 TL brauner Zucker
$\frac{1}{2}$ TL roter Pfeffer	1 Prise Chiliflocken	Salz, Pfeffer

Für den Kartoffel-Sellerie-Stampf:

300 g Knollensellerie	150 g festk. Kartoffeln	1 TL Butter
2 EL Ghee	30 ml Milch	1 Prise Kümmel
1 Prise Chilipulver	Muskatnuss	Salz

Für die BBQ-Kräuterseitlinge:

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Kräuterseitlinge putzen, längs in Scheiben schneiden und anschließend rautenförmig leicht einritzen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Pilze von beiden Seiten anbraten, bis sie etwas Farbe bekommen.

Sesam in einer zweiten Pfanne ohne Öl anrösten. Hoisin- und Sriracha-Sauce mit dem Sesamöl vermengen. Kräuterseitlinge mit diesem Lack von allen Seiten bestreichen und für 5 Minuten bei 160 Grad im Ofen gar ziehen lassen. Cashewkerne hacken und Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Kräuterseitlinge zum Schluss mit Cashewkernen, Schnittlauch und geröstetem Sesam bestreuen.

Für den Salat:

Eine Orange mit einem Messer gründlich von der Schale befreien und filetieren. Die andere Orange auspressen. Pinienkerne ohne Fett in der Pfanne anrösten. Fenchelknolle waschen, längs halbieren und in Streifen schneiden. Einige Fenchelscheiben in einer Grillpfanne ohne Öl anrösten.

Den übrigen frischen Fenchel mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.

Für die Marinade Orangensaft in einem Topf kurz einkochen lassen, vom Herd nehmen und mit Öl und Balsamico angießen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und zusammen mixen. Gerösteten und gewürzten Fenchel mit Orangenfilets, Pinienkernen und der Marinade zu einem Salat vermengen und mit Chiliflocken und rotem Pfeffer garnieren.

Für den Kartoffel-Sellerie-Stampf:

Sellerie schälen und in kleine Würfel schneiden. Salzwasser im Topf erhitzen und Sellerie darin etwa 15 Minuten gar kochen. Kartoffeln schälen, klein schneiden und ebenfalls in einem zweiten Topf in Salzwasser mit einer Prise Kümmel gar kochen.

Milch vorsichtig erhitzen und zusammen mit Sellerie, Kartoffeln, Butter, Ghee, Chilipulver und Muskatnuss vermengen. Mit einem Kartoffelstampfer stampfen und abschmecken.

Niklas Betken am 07. Juni 2023