

Vegane Sterneküche

Inhalt

Vegane Meisterleistung	4
Erik Scheffler	5
Pilzshoyu	6
Habanero-Tabasco	8
Rote Bete mit Teevinaigrette und Kaffee-Rote-Bete-Schaum	10
Artischockenböden mit Sonnenblumenchutney und Beurre-Blanc	14
Topinambur-Zwiebel-Terrine mit Café-de-Paris-Sauce und Bittersalaten	18
BBQ-Spitzkohl mit Auberginen-Heidelbeer-Mole und Wirsing-Chips	20
„Schokoladencreme“ aus Radicchio mit Haselnuss-Dulce	24



Vegane Meisterleistung

In diesem Kurs lernst du, wie du vegane Gerichte auf Sterneniveau zubereitest. Freue dich auf neue Techniken, innovative Kombination und kreative Geschmacksexplosionen.

Vegane Küche bietet unheimlich viel Raum für Kreativität und Innovation. Daher gibt es auch immer mehr Spitzenköche, die gehobene vegane Küche servieren. In diesem Kurs zeigt dir Sternekoch Erik Scheffler facettenreiche, hocharomatische vegane Gerichte und spannende Zubereitungstechniken. Gemüse wird fermentiert, zu knusprigen Chips frittiert, zu rauchigen Würzsaucen gemixt oder in tiefe Bratensaucen verwandelt.

Freue dich auf Topinambur-Zwiebel-Terrine mit Café-de-Paris-Sauce, BBQ-Spitzkohl mit Auberginen-Heidelbeer-Mole und Wirsing-Chips sowie Artischockenböden mit Sonnenblumenchutney und Artischocken-Sonnenblumen-Beurre-Blanc.

In diesem Begleitheft findest du alle Rezepte und Infos zum Kurs. Viel Spaß beim Kochen, Backen und Genießen!

Danke!

KENWOOD Thomas GEFU®

STAY SPICED! smeg LE CREUSET®

CASO DESIGN Microplane thermomix VORWERK

Erik Scheffler

Erik Scheffler hat viele Stationen in der Sternegastronomie absolviert, bis er sich mit seiner Kollegin Sonja Baumann mit dem Restaurant NeoBiota in Köln selbstständig machte.

Sternekoch Erik Scheffler aus Chemnitz hat schon als Teenager viel selbst gekocht. Als es dann mit 16 um die Berufswahl ging, war schnell klar, dass er Koch werden wollte. Er absolvierte seine Ausbildung und arbeitete mit 19 Jahren eine Saison im El Paradiiso in der Schweiz. Von dort kam er über einen Kontakt zum Waterside Inn, eines der ältesten 3-Sterne-Restaurants Englands mit starker französischer Prägung. Danach folgten 1,5 Jahre im Restaurant Gordon Ramsay unter Küchenchefin Claire Smith, die erste 3-Sterne-Köchin Großbritanniens. Erik ging dann zurück nach Köln. Es folgten Stationen im Vendôme, im La Société, GästeHaus Klaus Erfort und dann im Gut Lechenhof. 2018 eröffnete er schließlich zusammen mit Sonja Baumann das NeoBiota in Köln. Morgens servieren die beiden richtig gutes Frühstück und abends ein Sterne-Dinner mit vielen veganen Komponenten.

Dinge, die wir lieben: Gemüse. Dinge, die wir überhaupt nicht abkönnen: Food Waste. Daraus entstehen ganz kreative Wege.



Erik Scheffler

NeoBiota

www.restaurant-neobiota.de

Habanero-Tabasco

Zutaten & Infos



Zubereitung
10 min



Gesamt
5 Tage



Portionen
ca. 700 g

550 g	Habaneros, gewaschen, ohne Grün
20 g	feines Meersalz
150 g	Wasser
0,5 g	Xanthan

Zubereitung

Schritt 1 Mixen

Die Chilis mit Wasser und Salz so fein wie möglich mixen.

Schritt 2 Fermentieren

In einem Gärgefäß oder in einem mit Tuch abgedeckten Glas an einem warmen Ort fermentieren lassen. Einmal am Tag öffnen und umrühren. Je wärmer der Ort, desto schneller geht die Fermentation vonstatten. Bei einer Raumtemperatur von etwa 22–24 °C sollte es etwa 5 Tage dauern.

Tipp: Die Fermentation ist an den aufsteigenden Bläschen zu erkennen. Das Ferment ist fertig, wenn es nach Chili und einer Art Sauerkraut riecht.

Schritt 3 Geschafft

Nun mit dem Xanthan nochmal so fein wie möglich mixen und grob passieren. Um das Tabasco haltbar zu machen, auf etwa 75–80 °C erhitzen und in einem sterilen Glasgefäß abgedeckt erkalten lassen.

Tipp: Im Kühlschrank hält sich das Ferment einige Monate.



Kursheft

mit Rezepten und Infos zum
Premium Online Kochkurs
mit Erik Scheffler

Kurs

Vegane Sterneküche

Koch

Erik Scheffler