



Workshop

Dominik Hartmann

Young Star 2024

Klassische Sauce in der vegetarischen Küche

Gerne zeige ich dir wie man klassische Sauce, mit ein bisschen Fachwissen abändern kann, damit sie genauso geschmacksintensiv in der vegetarischen Küche eingesetzt werden können. Ein paar Tipps und Tricks und wichtige Zutaten, um genau so hervorragende Gerichte zu kreieren mit Gemüsebasierten Saucen.

Ein paar Tipps

- Achte darauf hochwertige und Produkte mit hoher Qualität zu benutzen.
- Fonds und Grundsaucen selbst herstellen, für den intensiven und gewünschten Geschmack.
- Jede gute Sauce benötigt seine Zeit, da so vielmehr Geschmack gewonnen werden kann, durch einkochen oder durch eine feine Infusion



Wichtige Zutaten

Young Star 2024

Unsere Vorratsliste

- Getrocknete Pilze
- Getrocknete Tomaten
- Sojabohnen
- Miso Paste
- Koji
- Pilz Garum
- Soja Sauce
- Kombu Algen
- Butter
- Alkohol
- Fermentierte Gemüsesäfte

Viele dieser Produkte erzielen für uns die gewünschte Tiefe in den Saucen wie wir sie sonst mit tierischen Produkten erhalten.

Pilze, Tomaten, Miso oder Soja Sauce enthalten einen hohen Umamigehalt, darum verwenden wir diese sehr gerne, um Grundfonds und -saucen intensiver zu machen.

Bei Alkohol sparen wir auch nicht, ein paar Flaschen, die immer in unserem Economat stehen:

- Noilly Prat
- Weisser und roter Portwein
- Cognac
- Sake



Dashi

Young Star 2024

Dashi ist ein japanischer Fisch Sud, normalerweise wird er mit Bonito Flocken (Thunfischart), getrockneter Bonito wird ganz fein gehobelt. Dazu wird der Sud mit braunem Seetang gekocht.

In der vegetarischen Küche, wie auch bei uns im Restaurant, wird die Dashi meistens mit Kombu Algen gekocht, dazu geben wir noch getrocknete Shiitake Pilze und variieren mit anderen Zutaten, wie zum Beispiel getrocknete Tomaten, geräucherte und getrockneter Kürbis oder andere Pilze. Zum Aromatisieren brauchen wir oft Ingwer und Galgant. Unsere Dashi dient für viele Saucen und Fonds als Grundbasis, wie zum Beispiel für eine Beurre Blanc, Velouté oder ein erfrischender Gurkensud.

Gericht bei uns im Menü:

Morcheln - Erbsen - Dashi



Mayonnaise

Young Star 2024

Mayonnaise Vegan

Sie ist eine kalt hergestellte Grundsauce, welche eine Emulsion aus Öl und Eigelb ist, genauer gesagt dem Lecithin des Eigelbs. Wir machen sie oft Vegan, hierfür verwenden wir anstatt Eier, Sojamilch oder Kichererbsenwasser. Zum Aromatisieren unserer Mayos, nehmen wir manchmal einen Teil vom Öl und ersetzen ihn durch ein Kräuteröl oder mischen Misopaste dazu oder fermentierter schwarzer Knoblauch.

Rezept Petersilien Mayo

200ml	Sojamilch
20g	Essig
25g	Senf
10g	Salz
	Pfeffer
160ml	Rapsöl
100ml	Petersilienöl



Gemüsefond

Young Star 2024

Gemüsefond Magdalena

Er dient als Grundfond für all unsere Saucen, geschmortes Gemüse oder für einen intensiven Jus. Wichtig dabei ist, dass man sich Zeit nimmt, um am Anfang das Gemüse langsam zu rösten, damit es viel Aroma entwickeln kann aber dabei nicht verbrennt. Ein grosser Teil vom Fond sind Pilze, ein Teil frische und ebenfalls gut angeröstet und ein Teil getrocknete um Tiefe in den Fond zu bekommen.

Zutaten: Zwiebeln, Pilze, Tomaten, Auberginen, Tofu, Alkohol, Miso, Soja Sauce, Kombu, Garum

Ableitungen:

- Umami Fond
- Beurre Blanc Grundbasis



Beurre Blanc

Young Star 2024

Königin der Saucen

Sie gehört zu den klassischen Saucen der französischen Küche, wie es der Name schon sagt, besteht sie zu einem grossen Teil aus Butter. Klassisch werden Zwiebeln oder Schalotten ohne Farbe angedünstet, aber wir mögen den karamellisierten Geschmack, darum lieber bisschen mit Farbe. Danach mit viel Alkohol ablöschen und einreduzieren lassen, danach mit unserem Gemüsefond auffüllen. Wir mischen dann immer noch einen Teil fermentierten Gemüsesaft dazu und Ingwer Dashi.

Meine Favoriten:

- Tomaten Beurre Blanc
- Yuzu Kosho Beurre Blanc
- Peperoni Beurre Blanc
- Kürbis Beurre Blanc
- Parmesan Beurre Blanc



Spoom

Young Star 2024

Joghurt Spoom Vegan

Rezept Joghurt Spoom

150g	Flora Plant Rahm
30g	Zucker
1	Zitrone, Saft
1g	Johannisbrotkernmehl
1g	Vegane Gelatine Pulver
350g	Veganes Joghurt (New Roots)
150g	La Fraiche (New Roots)
Prise	Fleur de sel

Zubereitung:

- Rahm mit Zucker, Zitronensaft, Johannisbrotkernmehl, Gelatine aufkochen.
- Das Ganze abkühlen lassen und mit den restlichen Zutaten mischen.
- In einen Kisag Bläser füllen und zwei Kapseln reindrehen, gut durchschütteln und kühl stellen.

