



Ludwigshafener Leibgerichte

Immer mehr Menschen lassen sich vegane Gerichte schmecken. Zum Beispiel im „Hausboot“, dem vegan-vegetarischen Restaurant am Kulturzentrum „Das Haus“. Küchenchef David Schweikert serviert an dieser Stelle „Gold aus dem roten Meer“, ein Lieblingsessen seiner Gäste.



Gefüllte Maisbällchen auf Tomatensoße

„Seit dieses pikante Gericht auf unserer Tageskarte stand, sprechen uns die Gäste immer wieder darauf an. Ich habe mein Rezept deshalb auf haushaltsübliche Mengen heruntergerechnet.“

Das wird gebraucht (4 Personen)

Je 300 g Mais- und Weizenmehl, 250 g Räuchertofu, 100 ml lauwarme Sojamilch, 100 ml Wasser, 50 ml Olivenöl, 2 Dosen geschälte Tomaten, 2 EL Zucker, 2 Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 1 EL Zucker, 1 Stange Lauch, ½ Würfel Hefe, Abrieb einer Zitrone, Maisgrieß, Rapsöl zum Ausbacken, Rotwein, Salz, Pfeffer, Paprika, Kreuzkümmel, Majoran, Oregano

So geht's

Für die Bällchen Hefe und Zucker in Milch auflösen, 10 min ruhen lassen. Mais- und Weizenmehl mit Salz, Öl und Zitrone vermengen. Mit Wasser und Hefemilch verkneten. 1 h zugedeckt gehen lassen. **Für die Füllung** Tofu und 1 Zwiebel

würfeln, Lauch in feine Ringe schneiden. Alles in Öl anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Paprika abschmecken. **Für die Soße** die gewürfelte Zwiebel in Öl glasig dünsten. Gehackten Knoblauch kurz mitbraten und mit einem Schuss Rotwein ablöschen. Tomaten dazugeben, auf kleiner Flamme 30 min köcheln lassen, pürieren; mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel, Oregano, Majoran und Zucker würzen.

Den Teig in golfballgroße Portionen teilen und auf Untertassengröße ausrollen. 1 EL Füllung in die Mitte geben und komplett verschließen. In Maisgrieß wälzen und in heißem Öl goldbraun ausbacken. Je 3 Bällchen auf etwas Soße anrichten und mit frischem Basilikum garnieren.

TIPP „Dazu passt ein frischer Salat als Beilage.“



David Schweikert
Küchenchef

Seit der Eröffnung im Februar 2017 ist David Schweikert Küchenchef im Restaurant „Hausboot“ in der Innenstadt von Ludwigshafen. Zuvor arbeitete er unter anderem in der „Kombüse“ in Mannheim-Jungbusch. Der 34-jährige absolvierte seine Ausbildung zum Koch bei der Inter Versicherung in Mannheim.