

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 20. April 2026
ChampionsWeek ▪ "Knusprig & Cremig" mit Robin Pietsch



Nico Fedorovski

Backhendl "Korean Style" mit Calamansi-Minz-Creme, Süßkartoffel-Kokos-Püree und Papaya-Mango-Salat mit frittierten Schalotten

Zutaten für zwei Personen

Für die Glasur:

- 2 Knoblauchzehen
- 1 EL Gochujang-Paste
- 1 EL Ketchup
- 1 TL flüssiger Honig
- 1 EL Apfelessig
- 1-2 EL helle Sojasauce
- 2 EL neutrales Pflanzenöl
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und fein reiben. Öl in einen Topf geben und den Knoblauch darin anschwitzen. Die restlichen Zutaten und 2-3 EL Wasser hinzugeben und ca. 5 min einkochen lassen bis die Glasur leicht eingedickt ist.

Für das Backhendl:

- 2 ausgelöste Keulen ohne Haut vom Maishuhn
- 1 Knoblauchzehe
- 4 cm Ingwer
- 1 Ei
- 80 Mehl
- 80 g Maisstärke
- 1 TL schwarzer Sesam
- 1 TL heller Sesam
- ½ TL gemahlener weißer Pfeffer
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Fritteuse auf 175 Grad vorheizen.

Den Ingwer und Knoblauch schälen und fein reiben.

In einer Schüssel Huhn, feingeriebener Knoblauch und Ingwer, Salz und Pfeffer vermengen und kurz darin marinieren. Für den Teig die Hälfte vom Mehl und der Stärke mit dem Ei in einer anderen Schüssel vermengen. Die andere Hälfte mit dem Sesam vermengen. Das Huhn im Teig wälzen bis es vollständig umschlossen ist. Anschließend in der Mehl-Sesam-Mischung wälzen. Das Huhn für 5 min bei 175 Grad frittieren. Rausholen und abtropfen lassen. Das Öl auf 190 Grad erhitzen und das Huhn ein zweites Mal für 4 min frittieren. Mit der Glasur beträufeln und servieren.

Für das Süßkartoffel-Kokos-Püree:

- 2 Süßkartoffeln
- 1 Liter Kokosmilch aus der Dose
- 80 g Butter
- Muskatnuss, zum Reiben
- Salz, aus der Mühle
- Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Süßkartoffeln schälen und in grobe Würfel schneiden. Die Kartoffeln in der Kokosmilch garkochen. Mit einem Schaumlöffel die Kartoffel rausnehmen. Die Butter hinzugeben und mit einem Pürierstab schön fein pürieren. Ggf. mit Kokosmilch verdünnen und mit Muskat, Pfeffer und Salz abschmecken.

Für die Calamansi-Minze-Creme:

4 Calamansi Abrieb & Saft
1 Limette, Saft & Abrieb
4 EL Crème fraîche
1 TL mittelscharfer Senf
1 Zweig Minze
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Minze fein hacken. Calamansizesten und den Saft auspressen. Alles mit Crème fraîche vermischen und mit Salz und Pfeffer und ggf. mit Limettensaft- und Abrieb abschmecken.

Für den Papaya-Mango-Salat:

1 unreife, grüne Mango
1 unreife, grüne Papaya
2 Limetten, Saft
2 Schalotten
2 Zweige Koriander
2 Zweige Minze
1 Zweig Thai-Basilikum
1 EL ungesalzene, ausgelöste Erdnüsse
1 EL Agavendicksaft
2-3 EL Fischsauce
½ TL Gochugaru, koreanische Chili-Flocke, Kimchi-Gewürz
Salz, aus der Mühle

Mango und Papaya schälen und mit einer Mandoline zu Julienne schneiden. Die Schalotten abziehen und in sehr feine Julienne schneiden. Pflanzenöl in einem Topf heiß werden lassen und die Schalotten darin knusprig frittieren und herausnehmen, wenn sie hellbraun sind. Abtropfen lassen und salzen. Für das Dressing alle flüssigen Zutaten mit dem Limettensaft vermengen. Mit Salz und Gochugaru abschmecken. Die Kräuter zupfen und einen Teil grob hacken. Den Rest zum Garnieren aufbewahren. Die Erdnüsse ebenfalls fein hacken. Die Frucht-Julienne und Kräuter zum Dressing geben. Gut durchmischen und mit Kräutern, frittierten Schalotten und Erdnüssen garnieren

Für die Garnitur:

1 Beet Knoblauchkresse

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Knoblauchkresse garnieren und servieren.