

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 11. Juni 2024** ▪
ChampionsWeek ▪ **"Farbe: Orange" mit Zora Klipp**



Alexander Wellmann

Konfiertes Saibling mit Paprika-Yuzu-Sauce, Karotten-Kokos-Püree, gebratener Paprika, Paprika-Öl und Saiblingskaviar

Zutaten für zwei Personen

Für den Saibling:

2 Saiblingfilets, ohne Haut
½ orange Paprikaschote
1 Knoblauchzehe
1 Zitrone, Scheiben
500 g Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 50 Grad Umluft vorheizen.

Butter in einem Topf bei mittlerer Hitze schmelzen lassen, danach die Butter durch ein feines Sieb oder Passiertuch geben. Die warme, geklärte Butter mit Zitronenscheiben, angedrückter Knoblauchzehe und grob geschnittener Paprika vermengen. Fisch mit Salz und Pfeffer würzen, in die Butter legen, so dass dieser vollständig bedeckt ist. In den vorgeheizten Ofen geben und ca. 25-30 Minuten gar ziehen lassen.

Für die Paprika-Yuzu-Sauce:

1 orange Paprikaschote
½ Schalotte
1 Knoblauchzehe
50 g Butter
100 ml Yuzu-Saft
500 ml Fischfond
Stärke, zum Abbinden
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Paprika waschen, entkernen und in grobe Würfel schneiden. Schalotte und Knoblauch abziehen und fein hacken. Paprika, Schalotte und Knoblauch kurz in etwas Olivenöl anschwitzen. Mit Fischfond ablöschen und köcheln lassen. Wenn der Fond um die Hälfte reduziert ist, Yuzu-Saft hinzugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dann alles gut mixen und durch ein feines Sieb geben. Sauce mit in Wasser aufgelöster Stärke abbinden, um die gewünschte Konsistenz zu erhalten. Dann von der Hitze nehmen und mit kalter Butter aufmontieren.

Für das Karotten-Kokos-Püree:

250 g Karotten
1 mittelgroße Kartoffel
3-4 cm Ingwer
200 ml ungesüßte Kokosmilch
1 EL Butter
½ TL gemahlener Kreuzkümmel
Neutrales Öl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in einen Topf geben und eine Nussbutter herstellen. Karotten und Kartoffel schälen. Karotten in Scheiben schneiden, Kartoffel in Würfel schneiden. Karotten und Kartoffel in einen großen Topf geben und mit Wasser bedecken. Zum Kochen bringen und dann bei mittlerer Hitze etwa 15-20 Minuten kochen lassen, bis das Gemüse weich ist.

Ingwer reiben und in etwas Öl anbraten.

Sobald das Gemüse weich ist, das Kochwasser abgießen und das Gemüse zurück in den Topf geben. Kokosmilch, Nussbutter, Knoblauch-Ingwer-Mischung, Kreuzkümmel sowie Salz und Pfeffer hinzufügen. Alles mit einem Kartoffelstampfer oder einem Pürierstab zu einem glatten, cremigen Püree verarbeiten. Bei Bedarf etwas mehr Kokosmilch hinzufügen, um die gewünschte Konsistenz zu erreichen.

Das Püree noch einmal kurz erhitzen und abschmecken. Gegebenenfalls mit mehr Salz und Pfeffer würzen.

Für das Paprikagemüse: Paprika waschen, entkernen und dann fein würfeln. Kurz in Olivenöl anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.
1 orange Paprikaschote
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Öl: Paprikapulver mit dem Öl und der Chilischote mixen. Je nach gewünschter Schärfe kann man die Kerne der Chilischote mit mixen oder vorher entfernen. Masse durch ein Passier- oder Küchentuch geben und das Öl in eine Spritzflasche füllen.
1/3 rote Chilischote
15 g edelsüßes Paprikapulver
100 ml Olivenöl

Für die Garnitur: Gericht mit Saiblingskaviar garnieren.
4 EL Saiblingskaviar

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist **Saibling** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (Stand Juni 2024):

- 1. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Europa, Aquakultur: Kreislaufanlagen
- 1. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Island, Aquakultur: Durchflussanlagen



Lena Rath

Rübli-Cheesecake-Törtchen mit Karotten-Gel-Spiegel, karamellisierten Kumquats und Orangen-Karotten-Eis

Zutaten für zwei Personen

Für das Eis:

300 g griechischer Joghurt
200 g gezuckerte Kondensmilch
150 ml Karottensaft
1 Orange, Abrieb
½ Vanilleschote

Die Eismaschine vorkühlen.

Orangen waschen und Schale abreiben. Etwas Orangeabrieb für den nächsten Schritt beiseitelegen. Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Kondensmilch in einer Schüssel mit Karottensaft, Vanillemark und einem Teelöffel Orangenabrieb verrühren. Joghurt unter die Masse heben und alles in die Eismaschine füllen. In der Maschine zu cremigen Eis rühren lassen.

Für den Rübli-Törtchenboden:

1 kleine Möhre
Orangenabrieb, s.o.
50 g Karamellkekse
25 g weiche Butter

Karotte schälen und fein raspeln. Butter in einem Topf schmelzen. Kekse mit Hilfe eines Multizerkleinerers zerbröseln. Keksbrösel in einer Schüssel mit der geschmolzenen Butter, Karottenraspeln und einer Messerspitze Orangenabrieb vermengen. Den Boden in einen Anrichtering füllen und andrücken.

Für die Cheesecake-Creme:

1 Zitrone, Abrieb & Saft
150 g Frischkäse
200 g Sahne
½ Vanilleschote
40 g Puderzucker
1 Prise Salz

Sahne mit einer Prise Salz mit Hilfe einer Küchenmaschine sehr steif schlagen. Zitrone waschen, Schale abreiben und auspressen. Mark der Vanilleschote herauskratzen.

Frischkäse in einer Schüssel mit Saft einer halben Zitrone, etwas Zitronenabrieb, Puderzucker und Vanillemark vermengen. Die Sahne vorsichtig unter die Frischkäsecreme heben. Kühlstellen bis zum Anrichten.

Für den Karotten-Gel-Spiegel:

1-2 Orangen, Saft
30 ml Karottensaft
1 g Agar Agar

Orangen halbieren und Saft auspressen. 70 ml Orangensaft und Karottensaft mit Agar Agar in einem kleinen Topf ca. 2 Minuten aufkochen lassen. Auf einen flachen Teller füllen und im Kühlschrank abkühlen lassen. Wenn das Gel ausgehärtet ist, kann dieses mit dem Anrichtering (gleiche Größe wie bei dem Boden) ausgestochen werden. Beim Anrichten auf das Rübli-Cheesecake-Törtchen legen.

Für die karamellisierten Kumquats:

6 Kumquats
1-2 Orangen, Saft
2 EL Rohrohrzucker

Orangen halbieren und Saft auspressen. Kumquats waschen, in Scheiben schneiden und entkernen. Zucker mit 50 ml Orangensaft in einer Pfanne karamellisieren und eindicken lassen. Kumquatscheiben hinzufügen und kurz darin schwenken.

Für die Garnitur:

Orange, essbare Blüten
1 Orange, Abrieb
1 Zitrone, Abrieb

Gericht mit Blüten und etwas Orangen- sowie Zitronenabrieb garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Alexander Waesch

Gebratene Jakobsmuscheln mit Karotten-Orangenblüten-Dashi, Süßkartoffelcreme, Karotten-Zucchini-„Sauerkraut“, Karotten-Pickles und frittierten Reisnudeln

Zutaten für zwei Personen

Für das Orangenblüten-Dashi:

- 300 g Karotten
- 2 Schalotten
- 5 g Ingwer
- 1 Liter Karottensaft
- 50 ml Sojasauce
- 1 EL Erdnussöl
- 3 EL Orangenblütenwasser
- 2 Stangen Zitronengras
- 1 EL Bonitoflocken
- 1 großes Stück Kombu-Alge
- Salz, aus der Mühle

Die Karotten und Ingwer schälen und fein raspeln. Schalotten abziehen und hacken. Zitronengras hacken. Schalotten und Zitronengras im Erdnussöl glasig anschwitzen. Dann Karotten und Ingwer dazugeben, mitbraten und dann mit Karottensaft ablöschen. 15 Minuten köcheln lassen. Sojasauce, Orangenblütenwasser, Bonitoflocken und Kombu-Alge zum Sud geben. 5 Minuten ziehen lassen. Durch ein feines Sieb abgießen und mit Salz abschmecken.

Für die Süßkartoffelcreme:

- 200 g Süßkartoffel
- Olivenöl, zum Beträufeln
- Cayennepfeffer, zum Abschmecken
- Salz, aus der Mühle

Süßkartoffel in kochendem Salzwasser sehr weich garen. Abgießen, dann Süßkartoffelfleisch mit Salz, Cayennepfeffer und wenig Olivenöl würzen, mit dem Pürierstab pürieren. Süßkartoffelcreme durch ein Sieb streichen und heiß in einen Spritzbeutel ohne Tülle füllen.

Für das Karotten-Zucchini-„Sauerkraut“:

- 150 g Karotten
- 50 g Zucchini
- 2 Zitronen, Saft & Abrieb
- 20 g Butter
- 200 g Gemüsefond
- 5 Kardamomkapseln
- 1 Lorbeerblatt
- 5 Pfefferkörner
- 1 Prise Zucker
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Karotten schälen und in feine Streifen schneiden. Zucchini schälen und mit einem Spiralschneider in „Nudeln“ schneiden. Zitronen heiß abspülen, die Schale abreiben, dann halbieren und den Saft auspressen. Gewürze in ein Teesäckchen geben. Dann das Säckchen und alle weiteren Zutaten, bis auf die Zucchini, mit den Karottenstreifen in einem Topf mischen und 8 Minuten köcheln lassen. Die Zucchini am Ende der Garzeit zum heißen Karotten-„Sauerkraut“ geben und kurz mit durchschwenken. Final mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Karotten-Pickles:

- 1 Karotte
- 1-2 cm Ingwer
- 1 Zitrone, Schale
- 250 ml Apelessig
- 1 EL Koriandersamen
- 7 Sternanis
- ½ TL gemahlener Kurkuma
- ½ TL weiße Pfefferkörner
- 100 g Zucker
- 15 g Salz

Karotte schälen und in feine Scheiben schneiden. Ingwer schälen und so viel hacken, dass ein halber Teelöffel entsteht. Zitrone heiß abspülen und einen Streifen Schale abschneiden. Alle Zutaten mit 200 ml Wasser aufkochen und ziehen lassen. Den Sud durch ein Sieb gießen und Karottenscheiben entnehmen.

Für die Jakobsmuscheln: Jakobsmuscheln mit Salz würzen und in wenig heißem Erdnussöl anbraten. Mit Butter in der Pfanne überglänzen. Zum Servieren mit Orangenabrieb bestreuen.

- Jakobsmuscheln
- 1 Orange, Abrieb
- 2 EL Butter
- 3 EL Erdnussöl
- Salz, aus der Mühle

Für die frittierten Reismudeln: Reismudeln in Öl in einer Pfanne aufpoppen lassen. Mit Salz und Kurkuma würzen.

- 6 Reismudeln
- ½ TL gemahlener Kurkuma
- Neutrales Öl, zum Frittieren
- Salz, aus der Mühle

Für die Garnitur: Sonnenblumenkerne ohne Öl in einer beschichteten Pfanne anrösten.

- 3 EL Sonnenblumenkerne

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF sind **Jakobsmuscheln** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (Stand Juni 2024):

- 1. Wahl: Nordostatlantik FAO 27: Norwegen, Irland, Großbritannien, Frankreich, mit der Hand gesammelt



Dirk Köhler

Fagottini mit Garnelen-Ricotta-Füllung, gebratenen Garnelen und Sauce nach „Tom Kha“-Art

Zutaten für zwei Personen

Für die Fagottini:

2 Eier
120 g Mehl, Type 00
80 g Hartweizengrieß
2 TL edelsüßes Paprikapulver
½ TL Kurkumapulver
16 g Salz

30 ml Wasser mit Eiern, Mehl, Hartweizengrieß, Paprika, Kurkuma und Salz zu einem glatten Teig verkneten und solange wie möglich im Kühlschrank ruhen lassen. Dann ausrollen und zehn Vierecke, ca. 8 cm groß, schneiden.

Für die Füllung:

6 Black Tiger Garnelen ohne Kopf, entdarmt
1 Knoblauchzehe
125 g Ricotta
25 g Pinienkerne
1 Bund Petersilie
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Garnelen salzen und in etwas Olivenöl anbraten. Kurz auskühlen lassen. Dann die Garnelen klein hacken. Knoblauch abziehen und fein hacken. Pinienkerne und Petersilie ebenfalls hacken.

Knoblauch, Pinienkerne, Petersilie und Ricotta zu den Garnelen geben und alles gut verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Füllung auf die viereckigen Teigstücke geben und Fagottini formen. Fagottini ca. 3 Minuten in leicht kochendem Wasser garen.

Für die Sauce:

75 g Mais aus der Dose
¼ Schalotte
1 Knoblauchzehe
1 cm Ingwer
½ rote Peperoni
1 Limette, Abrieb
25 ml Milch
100 g Kokosmilch
70 ml Fischfond
30 g Tomatenmark
10 g Sesamöl
1 Msp. gemahlener Kreuzkümmel
¼ TL gemahlener Koriander
Cayennepfeffer, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Mais abtropfen lassen. Peperoni schneiden. Limette heiß abspülen und die Schale abreiben.

Schalotte und Knoblauch abziehen und klein schneiden. Ingwer reiben. Schalotte, Knoblauch und Ingwer in Sesamöl anschwitzen. Dann Mais, Peperoni, Limettenabrieb, Milch, Kokosmilch, Fischfond, Tomatenmark, Kreuzkümmel, Koriander, Cayennepfeffer, Salz und Pfeffer zufügen und alles köcheln lassen.

Sud pürieren, abschmecken und durch ein feines Sieb und Trichter in den Sahnesyphon füllen. Eine Patrone aufschrauben, Sahnesyphon drehen und ca. 18-mal gut schütteln. Bis zum Servieren zur Seite stellen.

Für die gebratenen Garnelen:

10 Black Tiger Garnelen ohne Kopf,
entdarnt
2 Zweige Rosmarin
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle

Für die Garnitur:

1-2 Zweige Petersilie
2 Blüten Tagetes Fenuifolia

Garnelen salzen und zusammen mit Rosmarin in etwas Olivenöl von beiden Seiten ca. 2 Minuten anbraten.

Gericht mit Petersilie und Blüten garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF sind **Garnelen** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (Stand Juni 2024):

- 1. Wahl: Vietnam, Aquakultur: Bio-Aquakultur, White Tiger Garnele (*Penaeus vannamei*) und Tiger-Garnele (*Penaeus monodon*)
- 1. Wahl: Europa, Aquakultur: Kreislaufanlagen mit Biofloc-Technologie



Tanja Barbei

Curry-Kokos-Suppe mit Ananas-Hähnchen-Bonbon

Zutaten für zwei Personen

Für die Suppe:

2 Süßkartoffeln
1 reife Mango
1 Banane
1 Zwiebel
20 g Ingwer
1 Zitrone, Saft
300 ml Kokosmilch
400 ml Gemüsefond
150 ml Weißwein
2 TL Currypulver
1 EL edelsüßes Paprikapulver
2 EL Sesamöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Süßkartoffel, Mango und Banane schälen. Süßkartoffel und Mango in Würfel, Banane in Scheiben schneiden. Zwiebel abziehen, Ingwer schälen und beides würfeln.

Sesamöl in einer Pfanne erhitzen und zunächst Süßkartoffel, Zwiebel und Ingwer glasig dünsten. Dann Mango und Banane hinzufügen, mit einem Teelöffel Currypulver bestreuen und alles umrühren. Mit Wein ablöschen, dann Kokosmilch und Fond angießen. Alles 15 Minuten kochen lassen. Sud mit pürieren und durch ein Sieb streichen.

Mit Zitronensaft, Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Frühlingsrollenteig:

1 Ei
300 g Mehl
1 TL Salz

Ei, Mehl, Salz und 60 ml Wasser vermengen und zu einem glatten Teig verkneten.

Für die Füllung:

200 g Hähnchenbrust
1 Baby-Ananas
1 EL Honig
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Fleisch waschen, trocken tupfen, klein würfeln. Ananas schälen, klein würfeln und mit dem Fleisch mischen. Salzen, pfeffern, mit Honig beträufeln und umrühren.

Masse in den Frühlingsrollenteig geben und zu Bonbons formen, evtl. an den Enden mit Küchengarn zusammenbinden.

In der Fritteuse frittieren, bis sie goldbraun sind. Dann herausnehmen und auf Krepp abtropfen lassen.

Für die Garnitur:

1-2 Zweige Koriander
2 EL helle Sesamsamen
2 EL schwarze Sesamsamen

Hellen und dunklen Sesam in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Als Garnitur verwenden. Koriander hacken und ebenfalls als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.