

▪ Die Küchenschlacht – Leibgerichte am 13. Januar 2026 (WH von 2019) ▪
mit Alexander Kumptner



Finn Zipfel

Cheeseburger mit Avocado-Creme und Spiegelei

Zutaten für zwei Personen

Für die Avocadocreme:

1 reife Avocado

4 Cherrytomaten

1 Zitrone

1 EL Olivenöl

Salz, aus der Mühle

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Backofen auf 160° C Ober- / Unterhitze vorheizen.

Zitrone halbieren und etwas Saft auspressen. Avocado aufschneiden, Stein entfernen und das Avocadofleisch aus der Schale löffeln und mit Olivenöl in einer Schüssel mit einer Gabel vermischen. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Tomaten in sehr kleine Stückchen schneiden und unter die Avocadocreme mischen.

Für die Patties:

300 g Rinderhackfleisch

1 Ei

2 Scheiben Cheddar Käse

2 EL Semmelbrösel

1 TL Senf

1/2 TL Paprikapulver

neutrales Öl, zum Braten

Salz, aus der Mühle

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Alle Zutaten in einer großen Schüssel gleichmäßig vermengen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Patties formen und im heißen Fett ca. 4 min. von jeder Seite braten. Zum Ende den Käse darauf legen und leicht schmelzen lassen.

Für die Buns:

2 große Burger Buns mit Sesam

Buns aufschneiden und im vorgeheizten Backofen kurz erwärmen.

Für die Spiegelei:

2 Eier

neutrales Öl, zum Braten

Salz, aus der Mühle

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Öl in der Pfanne erhitzen, Eier in die Pfanne schlagen und langsam braten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:

2 Salatblätter

1 große rote Zwiebel

4 TL Mayonnaise

Zwiebel abziehen und ein paar dünne Scheiben runterschneiden.

Die untere Bun-Hälfte mit Mayo bestreichen, Salatblatt darauflegen,

Avocadosauce darauf verteilen, einen Zwiebelring darauflegen, den Pattie darauf setzen. Danach das Spiegelei darauf legen und zum Schluss den Deckel vom Bun seitlich dazu stellen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Lilly Ciarrettino

Pfannkuchen Stroganoff

Zutaten für zwei Personen

Für den Pfannkuchenteig:

2 Eier
375 ml fettarme Milch
2 EL Butterschmalz
Mineralwasser
200 g Mehl
Salz, aus der Mühle

Mehl, Milch, Eier und eine Prise Salz in eine Schüssel geben und mit dem Handrührgerät zu einem glatten Teig verrühren.

Wenn der Teig sämig weich ist und leichte Blasen wirft ist er fertig. Den Teig für im Kühlschrank ruhen lassen.

Für die Stroganoffsauce:

300 g Rinderfilet in Streifen
1 Zwiebel
200 g weiße Champignons
2 Gewürzgurken
125 g Schmand
100 ml Sahne
1 EL Butter
2 EL Senf mittelscharf
125 ml Rinderfond
1 EL Mehl
½ TL Zucker
Salz, aus der Mühle

Rinderfilet in feine Streifen schneiden. Zwiebeln abziehen und fein hacken. Champignons putzen und genau wie die Gurken in Streifen schneiden.

Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen und die Filetstreifen darin von allen Seiten kurz scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und herausnehmen. Auf ein mit Küchenrolle belegten Teller legen.

Zwiebeln und Pilze im Bratfett leicht anschwitzen. Mehl drüber stäuben und durchschwenken. Mit Fond ablöschen, kurz aufkochen lassen und die Hitze wieder reduzieren. Schmand und Senf einrühren. Fleisch und Gurkenscheiben unterheben und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Pfannkuchenteig aus dem Kühlschrank holen und einen guten Schuss Mineralwasser zufügen und kurz durchrühren.

Butterschmalz in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen. Eine große Kelle Teig in die heiße Pfanne geben. Den Teig durch Schwenken gleichmäßig verteilen. Wenn die Unterseite richtig schön gebräunt ist, den Pfannkuchen wenden. Wenn die andere Seite goldgelb ist, auf einen großen Teller legen.

Für die Garnitur:

½ Bund glatte Petersilie

Petersilienblätter von den Stielen zupfen und fein hacken.

Stroganoffsauce in der Mitte des Pfannkuchens mit einem Servierring platzieren. Petersilie drüberstreuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Aaron Rukin Hotjanov

Hähnchen mit Buchweizen und Tomatensalat

Zutaten für zwei Personen

Für das Hähnchen:

2 Hähnchenbrustfilets, à 150 g

2 Karotten

1 Zwiebel

Edelsüßes Paprikapulver, zum Würzen

Rapsöl, zum Anbraten

Salz, aus der Mühle

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Hähnchen waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Zwiebel abziehen und klein hacken. Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebelstücke darin glasig anschwitzen. Fleisch dazu geben und goldbraun anbraten. Karotten schälen, in Stücke schneiden und mit in die Pfanne geben, alles etwa 7 Minuten weiter braten und ein halbes Glas Wasser dazu füllen und einkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen.

Für den Buchweizen:

200 g russischer brauner Buchweizen

10 g Butter

Salz, aus der Mühle

Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen, Buchweizen dazu geben und kochen. Verhältnis 2:1. Hitze reduzieren und Buchweizen 10 Minuten köcheln lassen, danach auf niedrige Hitze reduzieren und so lange stehenlassen, bis der Buchweizen fluffig ist. Butter dazu geben und umrühren.

Für den Tomatensalat:

4 Tomaten

½ Bund Dill

100 ml Sonnenblumenöl

Salz, aus der Mühle

Dill abbrausen, trockenwedeln und klein schneiden. Tomaten in Stückchen schneiden und in eine Schüssel geben. Mit Sonnenblumenöl vermischen und Dill unterheben. Mit Salz abschmecken.

Hähnchen mit Buchweizen auf Tellern anrichten und Tomatensalat daneben geben.



Clara Ackermann

Nudeln mit Tomatensauce und panierter Jagdwurst

Zutaten für zwei Personen

Für die Jagdwurst:

200 g Jagdwurst am Stück, ohne Haut
1 Ei
Butterschmalz, zum Anbraten
1 Schuss Kondensmilch
25 g Mehl
1 Prise edelsüßes Paprikapulver
75 g Semmelbrösel
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Jagdwurst in etwa 1,5 Zentimeter dicke Scheiben schneiden und in Mehl wenden. Salz, Pfeffer und Paprikapulver mit der Kondensmilch vermischen und zusammen mit dem Ei verquirlen. Die Jagdwurtscheiben durch das Ei ziehen und danach in den Semmelbröseln wenden. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze das Butterschmalz schmelzen und die panierten Jagdwurtscheiben darin von beiden Seiten goldgelb anbraten. Jagdwurtscheiben herausnehmen und im Backofen warmhalten.

Für die Sauce:

1 kleine Zwiebel
75 g Butter
2 EL Tomatenmark
200 g Tomatenketchup
2 EL Mehl
1 Prise Zucker

Zwiebel abziehen und fein würfeln. Butter in einer Pfanne bei mittlerer Hitze zerlaufen lassen und Zwiebelwürfel darin glasig anbraten. Tomatenmark und Mehl hinzugeben und anschwitzen. Dabei ordentlich umrühren. Wasser hinzugeben, bis eine sämige Konsistenz entsteht. Ketchup hinzugeben und etwas köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Nudeln:

200 g Spirelli-Nudeln
1 EL Salz

Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen und Nudeln darin bissfest kochen.

Für die Garnitur:

3 Zweige glatte Petersilie

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein hacken.

Nudeln auf Teller anrichten und mit Sauce übergießen, Jagdwurst darüber legen und mit Petersilie garnieren.