

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 14. April 2026** ▪
ChampionsWeek ▪ "Suppen de luxe" mit Viktoria Fuchs



Georg Hermann

Selleriecremesuppe mit Dashi, gebratenen Jakobsmuscheln und Bärlauch-Öl

Zutaten für zwei Personen

Für das Dashi:

10 g Kombu, ca. 5x8 cm
10 g Katsuobushi (Bonito-Flocken)

Kombu in 700 ml kaltes Wasser legen und langsam auf ca. 60-70 Grad erwärmen. Kurz bevor das Wasser kocht, Kombu entfernen. Wichtig: Kombu nicht kochen lassen, sonst wird es bitter.

Dann das Wasser einmal aufkochen, vom Herd ziehen und Katsuobushi zugeben. 5 Minuten ziehen lassen. Durch ein feines Sieb oder Tuch abseihen.

Für die Suppe:

1 Knollensellerie
1 kleine Schalotte
½ Zitrone, Saft
20 g Butter
200 ml Sahne
500 ml Dashi, von oben
200 ml Gemüsefond
50 ml trockener Weißwein
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in einem Topf bei mittlerer Hitze schmelzen. Schalotte abziehen, würfeln und glasig anschwitzen. Sellerie schälen, hobeln oder würfeln und hinzugeben. 5 Minuten dünsten. Mit Weißwein ablöschen und leicht reduzieren lassen.

Mit 500 ml Dashi und Fond aufgießen. 15–20 Minuten sanft köcheln lassen, bis der Sellerie weich ist. Sahne zugeben und kurz weiterkochen lassen. Sehr fein pürieren und durch ein Sieb streichen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken.

Für die Jakobsmuscheln:

4 große frische Jakobsmuscheln
10 g Butter
1 TL neutrales Öl
Fleur de Sel, zum Würzen
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Muscheln trockentupfen. Kurz vor dem Braten leicht salzen. Pfanne stark erhitzen. Öl hineingeben. Muscheln 60–90 Sekunden auf einer Seite scharf anbraten, bis eine goldbraune Kruste entsteht.

Wenden, Butter zugeben und 30–45 Sekunden glasig fertig ziehen lassen, sodass sie innen noch leicht glasig ist. Mit Fleur de Sel und schwarzem Pfeffer würzen.

Für das Bärlauch-Öl:

100 ml Rapsöl
30 g Bärlauch
1 Prise Salz

Öl auf ca. 60 Grad erwärmen (nicht heißer). Bärlauch grob hacken. Mit Öl und Salz sehr fein pürieren. Durch ein feines Sieb passieren. Kalt stellen, sodass die intensive grüne Farbe erhalten bleibt.

Für die Garnitur:

2 EL Kapern
Neutrales Öl, zum Frittieren

Kapern in das heiße Öl geben und leicht frittieren. Als Topping verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF Fischratgeber sind **Jakobsmuscheln** aus folgendem Fanggebiet zu empfehlen (*Stand April 2026*):

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



Alexandra Stumper

Ramen mit selbstgemachten Nudeln, Pilz-Dashi, Entenbrust mit Yuzu-Lack, Soja-Ei, Pak Choi und Crispy-Chili-Öl

Zutaten für zwei Personen

Für den Teig:

240 g Weizenmehl
1 TL Kansui-Wasser

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Zu Beginn die alkalische Wasserlösung herstellen. Dazu 90 ml lauwarmes Wasser in einer kleinen Schüssel gründlich mit dem Kansui vermischen. Weizenmehl in eine größere Schüssel geben, in der Mitte eine kleine Mulde formen und die hergestellte Kansui-Wasserlösung hinzufügen. Den Teig zuerst mit einem Löffel und dann mit den Händen in der Schüssel zu kleinen Klümpchen vermischen, sodass sich das Wasser ideal mit dem Mehl verbindet. Danach den Teig zu einer festen Kugel kneten. Die Teigkugel zurück in die Schüssel legen und mit einem leicht feuchten Küchenhandtuch bedecken und für 20 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.

Für die Fertigstellung:

Kartoffelstärke, zum Ausrollen
Mehl, zum Bestäuben
Salz, aus der Mühle

Teig mit Kartoffelstärke in einer Nudelmaschine bis auf Stufe 4 oder 5 ausrollen. Dann jede Teigplatte durch den Spaghetti-Aufsatz drehen, um schmale Ramen herzustellen. Gleich danach in etwas Stärke wenden und als Nester auf eine bemehlte Fläche legen.

Prozess für den gesamten Teig wiederholen.

Die Nudeln in einem großen Topf mit Salz für 1-2 Minuten sprudelnd kochen, danach abgießen und mit kaltem Wasser gut abspülen, um die restliche Stärke zu entfernen.

Für die Ente:

2 weibliche Barbarie-Entenbrüste, mit Haut, à ca. 200 g
2 EL Yuzu-Tee-Marmelade
1 EL Sojasauce
1 EL gemahlene Koriandersamen
1 EL brauner Zucker
Salz, aus der Mühle

Entenbrüste auf der Hautseite kreuzförmig einritzen, salzen und mit Zucker sowie gemahlene Koriandersamen einreiben, mit der Hautseite nach unten in einen Topf legen und auf mittlerer Stufe 5 Minuten braten, anschließend für 3 Minuten auf der anderen Seite. Ente mit einem Thermometer in eine ofenfeste Form legen. Form in den vorgeheizten Ofen geben und bis zur Kerntemperatur von 55 Grad erhitzen.

Yuzu-Tee-Marmelade und Sojasauce verrühren und die Entenbrust damit bestreichen. Brust 5 Minuten ruhen lassen und anschließend fein aufschneiden. Das Fleisch sollte medium rare sein, da es in der Brühe noch nachzieht.

Für die Brühe: Zwei Knoblauchzehen und Zwiebel abziehen und in Scheiben schneiden. Zitronengras andrücken. Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. Champignons vierteln.
 10 getrocknete Shiitake
 10 braune Champignons
 1 Stück Kombu-Alge
 10 g Bonito-Flocken
 1 große weiße Zwiebel
 4 Knoblauchzehen
 1 daumengroßes Stück Ingwer
 1 L Hühnerfond
 2 EL helle Misopaste
 100 ml japanische Sojasauce
 15 ml Mirin
 40 ml Sake
 4 EL Hoisinsauce
 2 Stangen Zitronengras

Für den Dashi in den Topf mit dem restlichen Entenfett die Zwiebeln und den Knoblauch geben und kurz andünsten. Mit Hühnerfond, Kombu, Shiitake und Bonito-Flocken, Knoblauch, etwas Ingwer, Sake und Zitronengras aufsetzen und bei ca. 70 Grad die Kombu-Alge entfernen. Brühe ordentlich reduzieren lassen. Champignons hinzufügen. Herd ausschalten und die Misopaste unterrühren.

Für die Tare (Würzbasis) japanische Sojasauce, Mirin, Hoisin, zwei Zehen Knoblauch und restlichen Ingwer mischen. Beiseitestellen.

Für den Pak Choi: Pak Choi kurz blanchieren und in kaltem Wasser abschrecken.
 2 Baby Pak Choi

Für die Soja-Eier: Eier 6,5 Minuten kochen, anschließend kalt abschrecken und aus der Schale lösen. Sojasauce, Zucker, Mirin und Hoisin mischen und Eier hineinlegen, gelegentlich wenden. Zum Servieren mit Küchengarn aufschneiden und in die Suppe legen. Salzen und mit Sesam bestreuen.
 2 Eier, Größe L
 100 ml Sojasauce
 80 ml Mirin
 20 ml Hoisinsauce
 1 TL schwarzer Sesam
 1 TL weißer Sesam
 1 TL Zucker
 Salz, aus der Mühle

Für das Chili-Öl: Knoblauch und Schalotten abziehen und in fein schneiden. Die restlichen Zutaten in eine Metallschüssel geben. Öl in einem kleinen Topf auf ca. 150 Grad Celsius erhitzen und Knoblauch sowie Schalotten dazu geben. Das heiße Öl mit Knoblauch und Schalotten direkt über die Zutaten gießen und ziehen lassen.
 3 Schalotten
 5 Knoblauchzehen
 2 EL Sojasauce
 100 ml Rapsöl
 10 Szechuan-Pfefferkörner
 1 Sternanis
 50 g milde getrocknete Chiliflocken
 2 TL geräuchertes Paprikapulver
 1 EL brauner Zucker

Für die Garnitur: Frühlingszwiebel putzen und in schräge Ringe schneiden. Suppe mit Frühlingszwiebeln und Sesam sehr heiß servieren.
 1 Frühlingszwiebel
 1 EL dunkler Sesam
 1 EL heller Sesam

Das Gericht in tiefen Tellern anrichten und servieren.



Tim Frömel

Karotten-Ingwer-Suppe mit Thunfischtatar, Bonitoflocken, frittierter Karottenschale, pochiertem Wachtelei und Dill-Öl

Zutaten für zwei Personen

Für die Karotten-Ingwer-Suppe:

5 große Karotten, ca. 350 g
2 Schalotten
1 Knoblauchzehe
30 g Ingwer
400 ml Kokosmilch
2 EL Butterschmalz
400 ml Gemüsefond
300 ml Karottensaft (nicht milchsäurevergoren)
3 TL helle Misopaste
3 EL Yuzusaft
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Schalotte und Knoblauch abziehen und kleinschneiden. Ingwer schälen, klein schneiden und mit Knoblauch und Schalotte in einem Topf in Butterschmalz anschwitzen. Karotten schälen, Schale beiseitelegen. Karotten in Scheiben schneiden und kurz anbraten. Mit Gemüsefond ablöschen und Karotten weichkochen. Bei schluckweiser Zugabe der Kokosmilch die Masse zu einer Suppe pürieren. Karottensaft, Misopaste und Yuzusaft einarbeiten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Thunfischtatar:

400 g Thunfisch in Sushi-Qualität
2 TL Sesamöl
4 TL helle Sojasauce
4 TL Reissessig
3 Zweige Koriander
3 Zweige Dill
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Thunfisch fein in gleichgroße Tatarstücke schneiden. Mit dem Sesamöl, der Sojasauce und dem Reissessig marinieren. Koriander und Dill fein hacken und je 2 EL untermischen, bis zum Anrichten kaltstellen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Dill-Öl:

2 Bund Dill
200 ml Traubenkernöl

Dill im Traubenkernöl leicht erhitzen, pürieren und abseihen. Nach dem Abkühlen mit einer Tropfpipette feine Tropfen auf die Suppe als Akzente setzen.

Für die Crème fraîche:

3 EL Crème fraîche
2 EL Milch

Crème fraîche mit der Milch glattrühren. Mit einer Tropfpipette oder einem Spritzbeutel eine Spur über die Suppe ziehen.

Für die frittierten Karottenschalen:

6 Streifen Karottenschale, von oben
100 ml Sonnenblumenöl
1 Msp. Cayennepfeffer
Salz, aus der Mühle

Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und die Karottenschalen darin frittieren. Abtropfen lassen und mit Salz und Cayennepfeffer würzen.

Für das pochierte Wachtelei:

2 Wachteleier
3 EL Essig

Einen kleinen Topf mit Wasser und Essig zum Sieden bringen. Das Wasser darf nicht kochen. Mit einem Löffel einen kleinen Strudel erzeugen und das aufgeschlagene Wachtelei von einem Löffel in das Wasser gleiten lassen. Das pochierte Ei entnehmen, sobald das Eiklar um das Eigelb geronnen ist. Vorgang wiederholen.

Für die Garnitur:

½ Bund Dill
3 EL Bonito-Flocken

Dill kleinschneiden. Gericht mit Dill und Bonito-Flocken garnieren.

Das Gericht in tiefen Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF Fischratgeber ist **Thunfisch** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (*Stand April 2026*):

- 1. Wahl: Westlicher und mittlerer Pazifik FAO 61, 71, 77, 81, Handleinen und Angelleinen
- 2. Wahl: Westlicher und mittlerer Pazifik FAO 61, 71, 77, 81, Ringwaden ohne Lockbojen (FAD)



Ingrid Puchegger

Saiblings-Consommé mit Saiblings-Nockerl und Wermutperlen

Zutaten für zwei Personen

Für die Consommé:

200 g Saiblingsfilet, mit Haut
 30 g Stangensellerie
 30 g Karotte
 30 g Lauch
 30 g Fenchel
 30 g Schalotte
 2 Eier
 700 ml kalter Fischfond
 Salz, aus der Mühle

Die Karotten schälen und grob klein schneiden. Fenchel, Stangensellerie und Lauch ebenfalls grob zerkleinern. Schalotte mit Schale halbieren. Alles zusammen mit dem Saibling in einen Multizerkleinerer geben und fein mixen. Eier trennen. Eiklar leicht anschlagen und unter die gemixten Zutaten heben. Alles in einen Topf mit dem kalten Fischfond mischen und unter Rühren langsam aufkochen. Dann nicht mehr rühren und nur leicht simmern lassen. Nach ca. 15 Minuten vorsichtig abseihen und mit Salz würzen.

Für die Nockerl:

100 g Saiblingsfilets, ohne Haut
 2 cm Ingwer
 1 Zitrone, Saft
 100 ml Sahne
 1 TL scharfer englischer Senf
 1 Zweig Dill
 2 Lorbeerblätter
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zitrone auspressen. Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. Salzwasser in einem Topf mit Ingwer und Lorbeerblättern zum Sieden bringen. Saibling würfeln und mit Sahne, Salz, Pfeffer, 1 TL Zitronensaft, Senf und etwas Muskat zu einer Farce verarbeiten. Dill hacken und untermischen. Masse zu Nockerl formen und im Salzwasser garen.

Für die Wermutperlen:

50 ml roter Wermut
 60 ml extra dry Wermut
 250 ml kaltes Sonnenblumenöl
 1 TL Agar Agar

Wermut und Agar Agar in einem Topf aufkochen, 2 Minuten simmern lassen. Mit einer Pipette zügig in das kalte Sonnenblumenöl tropfen. Die festen Perlen mit Wasser abspülen, um das Öl zu entfernen.

Für die Garnitur:

Fleur de Sel, zum Garnieren

Gericht mit Fleur de Sel würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF Fischratgeber ist **Saibling** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (*Stand April 2026*):

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



Renato Fazzone

Krustentier-Bisque mit Garnelen-Koriander-Ravioli, gebratener Riesengarnele und knusprigem Vermicelli-Nest

Zutaten für zwei Personen

Für die Bisque & Einlage:

4 große Riesengarnelen, mit Karkassen,
Köpfen
1 Karotte
1 Stangensellerie
2 Schalotten
1 Stück Ingwer
1 Zitrone, Abrieb & Saft
400 ml Kokosmilch
100 g kalte Butter + Butter, zum Braten
400 ml Geflügelfond
1 EL Tomatenmark
50 ml Wermut
100 ml Weißwein
Olivenöl, zum Anbraten
1 Stange Zitronengras
Piment d'Espelette, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle

Alle Garnelen schälen und entdarmen. Die Schalen für die Suppe waschen und beiseitelegen. Zwei Garnelen für die Ravioli-Farce fein hacken. Zwei Garnelen für das Braten als Topping ganz lassen. Alle Garnelenkörper eiskalt stellen.

Karotte schälen, Sellerie putzen und beides würfeln. Schalotte abziehen und würfeln. Karkassen in Olivenöl sehr heiß anrösten, bis sie tiefrot sind. Würfel von Schalotten, Karotte und Sellerie mitrösten. Tomatenmark einrühren und kurz anbraten. Zitronengras andrücken, Ingwer schälen und beides zugeben. Mit Wermut und Weißwein ablöschen, fast komplett einkochen lassen. Mit Geflügelfond anfüllen und Kokosmilch mit auffüllen, kochen lassen. Anschließend durch ein feines Sieb passieren, Karkassen kräftig ausdrücken.

Die passierte Suppe weiter einkochen. Mit Salz, Zitrone und Piment d'Espelette abschmecken. Kurz vor dem Servieren mit kalter Butter schaumig montieren. Die restlichen zwei Garnelen in einer Pfanne mit Olivenöl und Butter ca. 1-2 Minuten pro Seite braten. Leicht salzen.

Für den Pastateig:

4 Eier
200 g Mehl, Type 00

Aus Mehl und Eiern einen Pastateig herstellen und ruhen lassen. Anschließend dünn ausrollen.

Für die Füllung:

Garnelen, von oben
1 rote Pfefferschote
2 Eier
1 Bund Koriander
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Koriander hacken. Ein Ei trennen. Die gehackten Garnelen mit einer Prise Salz, Pfeffer, Koriander und einem Ei zu einer bindigen Masse rühren. Mit Pfefferschote abschmecken. Ein Teigblatt mit Eiweiß bestreichen. Etwas Masse in die Mitte des Teigblatts geben und Raviolo formen.

Raviolo siedendem Salzwasser ca. 3-4 Minuten ziehen lassen.

Für das Vermicelli-Nest:

1 Packung Vermicelli-Glasnudeln
1 L Erdnussöl
2 Zweige Koriander
Salz, aus der Mühle

Öl in der Fritteuse auf 190 Grad erhitzen. Glasnudeln für 1 Sekunde im heißen Öl aufpoppen lassen, absieben und sofort salzen. Koriander hacken und drüber geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF Fischratgeber sind **Riesengarnelen** aus folgendem Fanggebiet zu empfehlen (*Stand April 2026*):

- 1. Wahl: China Aquakultur: Extensive